



மாங்கையர் மலர்

மே '90

விலை ரூ. 5/-

நம் வீடு எத்தனை
பாதுகாப்பானது?

- கட்டுரை



பாரம்பரியச் சுவைக்கு
ஈழல்லை, திணையும் இல்லை.



இப்போது
புதிய
பாணிபெயர்ச்சிலும்

லியோ காபி
16, தெற்கு மாட வீதி, னாமலாப்பழர்,
சென்னை-600 004.

சென்னை, செங்கல்பட்டு, ஆற்காடு, மதுரை,
திருச்சூர், கரையேறி, மலைநாடு, மாவட்டங்களில் கிடைக்கிறது.
விநாயகம் பிற் துடங்களிலும் கிடைக்கும்.

லியோ
சுத்தமான ஃபில்டர் காபி



ஒரு கை குறைந்தது!

தலைப்பை ஒட்டிய பழைய கதை ஒன்று உண்டு!

ஒரு வீட்டுத் திண்ணையில் சீட்டுக் கச்சேரி மும்முரமாக நடந்து கொண்டிருந்தது! அப்போது ஒரு அபயன் மூச்சிறைக்க ஓடி வந்து ஒரு மாமாவிடம் செந்தியைச் சொன்னான்!

"மாமா! உங்க தாயார் திடீர்ன்னு கால மாயிட்டாளாம்! உடனே உங்களை கையோட கூட்டிண்டு வரச் சொன்னா!"

மாமா கையிலிருந்த சீட்டை விட்டுக் கண்ணை எடுக்காமலேயே சொன்னார்!

"எலோ! ஆக வேண்டியதைப் பாரிக்கச் சொல்லு! இந்தத் தெரு வழியாகத்தானே தூக்கிண்டு போவா? அப் ப சேர்த்துக் கறேன்!"

அபயன் ஓடிப் போனான்! சில மணி நேரம் கழித்து யாரோ அந்த மாமாவின் காதில் கை கித்தார்கள்!

"டேய்! அம்பி! எழுந்திருடா! தூக்கிண்டு போறாடா!"

"தூக்கிண்டுதானே போறா! அங்கே கொண்டு போய் வைக்கட்டும்! நான் வந்து பாத்துக்கறேன்!"

மாமா மும்முரமாகத் தொடர்ந்து சீட்டாட்டத்தில் ஈடுபட்டார் என்பதாகக் கதை போகும்!

இதில் "மும்முரம்" என்ற வார்த்தை இருக்கிறதே. அது தான் சீட்டாட்டம்

போன்ற எல்லாவற்றிலும் சூதாட்டங்களிலும் ஒரு மனிதனை ஈடுபட வைக்கிறது!

மேற்கத்திய நாடுகளிலெல்லாம் சூதாட்டத்திற்காகவே பெரியபெரிய நேராட்டங்கள் இயங்குகின்றன! லட்சாதிபதிகள் கோடிக்கணக்கில் பணம் வைத்து ஆட முலை முடுக்குகளிலிருந்தெல்லாம் ஸ்பெஷல் பிளேஸ் வைத்துக் கொண்டு வருகிறார்கள்! வீட்டை விட்டு எங்கும் போகாமல், மஹா பாரதத்தில் வரும் சூதாட்டக் காட்சிகளை பலர் கண்டு களித்திருப்பார்கள்! மிஸ்திரி மிஸ்திரிப் போனால், 'ஓவர் டைம்' என்ற பெயரில் சீட்டாட்டக் கிளப்புக்குப் போய் விட்டு வரும் போது, தூக்கக் கலக்கத்தில் கதவைத் திறக்கும் பெண்மணிகள், "கிளமும் இந்த எழுவதானா?" என்ற ஒற்றைக் கேள்வியோடு நிறுத்த மட்டுமே முடியும்!

சூதாட்ட மும்முரம் எப்படி ஏற்படுகிறது? "சிலருக்கு மூளையில் ஒரு குறிப்பிட்ட ரசாயனப் பொருள் குறைந்த அளவிலேயே காணப்படுகிறது. அவர்கள் தான் சூதாட்டத்தில் மும்முரமாக இருப்புகிறார்கள்!" என் கின்றனர் ஆராய்ச்சியாளர்கள்!

இவர்களுக்கு மனம் ஒரு பிரச்சனை! அது எப்போதும் கிளர்ச்சியை வரவேற்கிறது! இழப்புக்கும் தயாராக உள்ளது! இது ஒரு ரசாயனக் குறை! இவர்கள் திருமண வாழ்க் கையை நாசமாக்குவார்கள்! வேலையைச்

கலயமாக இழப்பார்கள்! குற்றங்களைச் செய்யத் தயங்கமாட்டார்கள்! மொத்தத்தில் எதற்கும் அஞ்சாத டொண்ட் கேர் மான்டர்கள்! எங்கிறது ஆராய்ச்சி முடிவுகள்!

“இவர்களுக்குக் குடிப் பழக்கமும் இருக்கும்! ஆனால் இவர்களை மருத்து கொடுத்து குணப்படுத்த முடியும்!” என்கின்றனர் யல்லுநர்கள்.

குதாடுபவர்களை இரண்டு வகையாகப் பிரிக்கலாம். ஒன்று, மிதவாதிகள்! மற்றொரு வகை தீவிரவாதிகள்! இந்தத் தீவிரவாதிகளுக்குத் தான் ரசாயனக் குறைபாடு உள்ளது! ஆனால் கோடிக்கணக்கான மிதவாதிகள் அன்றாடம் லாட்டரிச் சீட்டு வாங்கியும், சீட்டாடியும் பணங்களை இழக்கிறார்கள்! இவர்கள் சின்னச் சின்ன விஷயங்களில் கூட தீர்மானமான முடிவுகளை எடுக்க முடியாமல் தடுமாறுகிறார்கள்! இது தான் பிரச்சனைக்கே காரணம்!

“குதாடிகள் நினைத்ததைச் செய்பவர்கள்! அவர்களுடைய செயல்கள் ‘தான் தோன்றி’த் தனமானவை! எதையாவது திடுடலாமா? எதற்காவது நெருப்பு வைக்கலாமா? என்று இவர்கள் கையும் காலும் பரபரத்துக் கொண்டே இருக்கும்! என்ற மனோநத்துவ திபுணர்களின் அபிப்பிராயம் இப்போது தவிடு பொடியாகி விட்டது.

மாறாக, “இவர்களுடைய மத்திய நரம்பு மண்டலத்தில் ஏதோ ஒரு கோளாறு உள்ளது! மனக்கிளர்ச்சியை சாதாரணமாக ‘நோரெகைப்பரைஸ்’ என்ற ரசாயனப் பொருள் அடக்கி ஆய்கொண்டு விரும்! ஆனால் குதாடிகளை வறிக்குக் கொண்டு வர, இந்த ரசாயனப் பொருள் தேவையான அளவு இல்லாவிட அதனால்தான் அவர்கள் சும்மானம் போடத் தயங்குவதில்லை!” என்கிறார் டாக்டர் அவுக் ராய். அமெரிக்காவில் தேசிய மதுபான ஆராய்ச்சித் கூடத்தின் தலைவர் இவர்!

தீவிரமான குதாடிகள் பதிலாங்கு பெணர் ஆராய்தார் டாக்டர் ராய். இவர்கள் குதாடிச் குதாடிச் கடன் வாங்கி, சேரழிந்து



இடுப்புத் துணி தவிர வேறொன்றுமில்லை என்ற நிலைக்கு வந்தவர்கள்! ஆனால் இவர்கள் மேலும் மேலும் குதாட விரும்பினார்கள்!

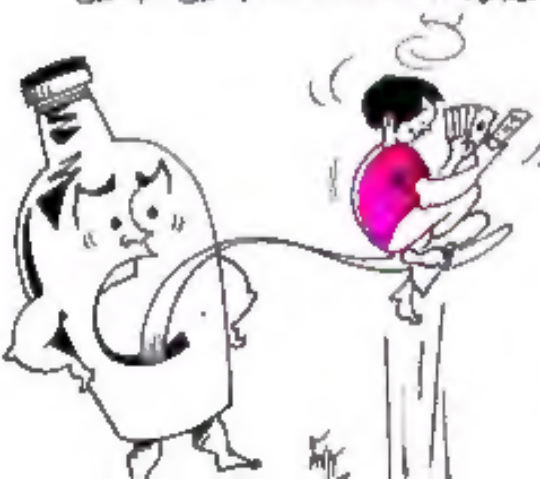
மருத்துவச்சோதனையில், இவர்களுடைய மூளையிலிருந்து சுரக்கும் ரசாயனப் பொருள், மிகக் குறைந்து காணப்பட்டது!

“ஆனால் இந்த ரசாயனப் பொருள் குதாட்டம் ஆரம்பமானவுடன் அதிகரிக்கிறது! பின்னர் இவர்கள் தாரமங்கு வந்து விடுகிறார்கள்! இந்த ரசாயனப் பொருள் அதிகரிப்பதற்காகவே, இவர்களுடைய மனம் இவர்களைக் குதாட வைக்கிறது! இவர்கள் பணம்பண்ணும்வெறியில்குதாட வில்லை! ஆகம் திருப்திக்காகவே குதாடுகிறார்கள்!” என்கின்றனர் இன்னொரு கட்டி ஆராய்ச்சியாளர்கள்!

இதைத் தீவிரமாக ஆராய வேண்டும் என்ற டாக்டர் ராய்! 1984 ஆம் ஆண்டில் தான் ஆராய்ச்சி செய்த போது, அதிகக் கிளர்ச்சி வேண்டுபவர்கள், அதிகப் பணம் கட்டி ஆடுவதைப் பார்த்தேன்! அவர்களுடைய இருதயத்துடிப்பும் அதிகரித்தது!” என்கிறார் டாக்டர் ராய்!

டாக்டர் ராயின் ஆராய்ச்சி முடிவுகள் அவருக்கே ஆச்சரியத்தை அளித்தன! உடலில் ‘செரடோனின்’ என்ற ரசாயனப் பொருள் குறைவாக இருப்பவர்கள் தான் குதாட்டத்தில் ஈடுபடுகிறார்கள் என்று அவர் கருதினார். ஏனென்றால் செரடோனின் குறைவாக உள்ளவர்கள் தான் தற்கொலை செய்து கொள்கிறார்கள்; வன்முறையில் ஈடுபடுகிறார்கள்! ஆனால் குதாடிகளிடம் இந்த செரடோனின் நிறைவே இருந்தது! நோரே கைப்பரைஸ் என்ற ரசாயனப் பொருள் மட்டும் குறைந்து காணப்பட்டது! இது ஒரு அதிசயக் கண்டு பிடிப்பாகும்!

தீவிரமாகக் குதாட்டத்தில் ஈடுபடுபவர்கள், மனத்தளவில் தொந்து இடப்பவர்கள்! அறிவிடுத்து விடுபடும் மார்க்கம் அவர்களுக்கு ஒன்றுதான் உண்டு! குதாடும் போது அவர்களின் செயல்கள் தறிகெட்டுப்

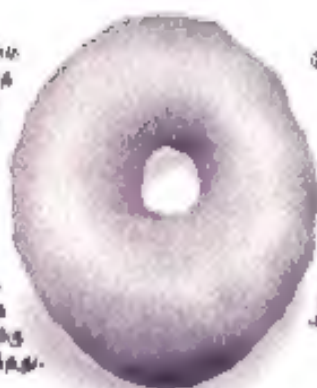


அன்பை பகிர்ந்துகொள்ள.
கைகவிட அருமையான வழி எது?



சுப்ரீம்
கருவரை கத்திரிக்காயில்
கத்திரிக்காய் சுவை எண்ணெயில்

அன்புத்தாயாய், அருமை
மகனாய் நான் உன்னை
இவ்வாறு உன்னை
குடும்பத்துக்கு அன்பு
யில் சேர்த்துக்கொடுக்க
அளிக்கிறேன்.
சுப்ரீம், உன்னை சேர்த்து
கொடுத்த உன்னை
உன்னை சேர்த்து
கொடுத்த உன்னை
சுப்ரீம், உன்னை சேர்த்து
கொடுத்த உன்னை
சுப்ரீம், உன்னை சேர்த்து
கொடுத்த உன்னை



செல்லம், உன்னை
பயன்படுத்த உன்னை
சுப்ரீம் சேர்த்துக்கொடுக்க
வழி சேர்த்து.
அன்பு உன்னை சேர்த்து
சுப்ரீம் உன்னை
குடும்பத்துக்கு
உன்னை பயன்படுத்த
சுப்ரீம்... உன்னை
சுப்ரீம்... உன்னை
சுப்ரீம்... உன்னை



சுப்ரீம், உங்கள் அன்புக்கு சாத்தாரம்.



போயிற்றா! எந்த விதப் பிடிப்புமில்லாமல் ஓடி ஓடி கடைசியில் களைத்துப் போய் விழுவின்றனர். திரும்பவும் எழுந்து ஓடுகின்றனர். இது ஒரு வெறி கொண்ட விஷச் சக்கரம்! பணத்தை மட்டுமே இவர்கள் பாழாக்குவார்கள்! போதை மருந்தை நாடிச் செயல்வாட்டார்கள்!" என்கிறார் டாக்டர் லோரேன்ஸ்.

மேற்கத்திய நாடுகளில் குதாப்டத்திற்கு அரசு அங்கீகாரம் உள்ளது! குதிரை சீழை தள்ளியதொடல்வாமல் குழிவையும் பறித்த நாம் என்பது போல, குதாப்ட வழி முறைகளை விலக்குவதற்கும் பணியிலும் அரசாங்கங்கள் முனைப்பு காட்டுகின்றன!

"பின்னாது வருஷங்களுக்கு முன்னால், மத்திய தரக் குடும்பத்தைச் சேர்ந்த, ஆண் தான் குதாப்டத்தில் ஈடுபடுவான்! இன்று பாலுங்கள்! பாட்டிவும் குதாப்டுகிறார்! தந்தையும் அவரோடு போட்டி போடுகிறார்! சிறு பிள்ளைகள், குடும்பஸ்திரிகள் என்று வரீஜா லர்ஜியில்லாமல் போய்விட்டது! குதாப்டமே என்ன வென்று தெரியாமல் அறுபது வயது வரை வாழ்ந்து விட்டு, எழுபது வயது வயதில் குதாப்ட போலீஸில் மாட்டிக் கொண்டு அவதிப்பதும் கனவான்கள் என்னிடம் சிகிச்சைக்கு வருகிறார்கள்!" என்கிறார் டாக்டர் லோரேன்ஸ்.

சாதாரண குதாப்டிகள், கனகை இழந்

ல்வெட்டர் அல்லது வேறு எதிலிருந்து வந்து பிரித்த கம்பளி மூலையப் பால் பாட்டிய்களில் கற்றிவிட்டு, பாட்டிய்களில் கருநீரை திரிபி வைக்கவும், தூலில் கருக்கங்கள் தானாக அகன்று மீண்டும் உபயோகிக்கும் நிலைக்கு வந்துவிடும்.

— ஆன்ந்தி.



தாலும் திரும்பத் திரும்ப ஏன் விளையாடுகிறார்கள்? இவர்களின் மூளையில் ரசாயனப் பொருள் குறைவா? தூர்ப் பழக்கத் திற்கு இரையாகி விட்டார்களா? "இல்லை" என்கிறார்கள் ஆராய்ச்சியாளர்கள்.

இவர்களிடம் ஒரு தவறான எண்ணம் குடி கொண்டிருக்கிறது. இவர்கள் குருட்டுத் தன்மையுடையவர்கள் கொண்டவர்கள்! "ஒரு முறை தொற்றாலும், மீண்டும் மீண்டும் முயற்சி செய்"விடாதே பிடி! என்ற தத்துவ வித்தகர்கள்!

ஆனால் விடாப் பிடித் தத்துவத்தின் துப்பம் குதாப்டத்தில் பஸிப்பதில்லையே!

இழப்புக்களை விட வெற்றி வாய்ப்புக் கிடைக்க அதிகமான குதாப்டிகள் உல்லாச பூரியில் களவுகள் கீர்க்கிறார்கள்! இவர்கள் தாங்கள் அடைந்த பெரு நஷ்டங்களை மறந்து விட்டு, கிடைத்த சிறு வெற்றிகளை கவனத்தில் வைத்திருப்பார்கள். இந்தக் கவனம் மிகைப்படுத்தப்பட்ட ஓர்பகசத்தி! ஏதோ ஓரிகுவாக்கு வாட்டரில் பரிக விழுந்தாலும், ஐக்கப்பட்ட அடித்தாலும் அதற்கு எல்லாமான விளைவற்றதும் தத்து, ஏதோ எல்லாருமே வெற்றியடைவ முடியும் என்ற மாயையே கருவாக்குகிறார்கள்! இன்னால் குதாப்டுவர்கள் அத்தனை பேரும், வெற்றி வாய்ப்பு தங்களுக்குத்தான் என்று பேருவகை கொள்கிறார்கள்!" என்கிறார் டாக்டர் வாகனர்.

வாட்டரி சீட்டில் பல வகையான பரிகைகள் வைக்கிறார்கள்! சிக்கலான அந்தப் பரிகைத் திட்டத்தை மூளையில் வாங்கினால் எந்தக் களைக்கு வல்லுதற்குக்கும் தளவளையச் சுற்றும்! பெரிய பரிகைகளை மட்டுமின்றி, விளம்பரப் படுத்தப் பட்டுள்ள அனைத்துப் பரிகைகளை யுமே மனத்தில் எடுத்துக் கொண்டு போரக் களத்தில் குதிகிறான் குதாப்டக்காரன்! பெரிய பரிகைகள் ஏதோ ஒன்றிரண்டுதான்! பல சிறிய பரிகைகளுக்குக் கிடைக்கும் பணம் ஐந்தோபத்தோதான்! ஏராளமானவாட்டரிச் சீட்டுக்கள் விளை போகாமல் மூலையில் குவித்து வைக்கப்பட்டிருக்கும்! அவற்றிற்கும் பரிகைகள் விரும்பு, குதாப்டக்காரர்கள் இவை தனைவெல்லாம் கருத்தில் கொள்ளவே மாட்டார்கள்! தமக்குப் பரிகை விற்பனையு மிகவிரைக் குறைவு என்பதை வாட்டரிச் சீட்டு வாங்கும் எவரும் நினைத்துப் பார்ப்பதே இல்லை.

"ஒரு கை குறைகிறது!" என்ற குரல் மனத்தில் கேட்ட உபவையே, வைத்ததை எடுப்பது போல எட்டையை அவசர அவசரமாக மாட்டிக் கொண்டு ஓடும் ஆண்கள் எத்தனையோ பேர் இருக்கிறார்கள்! இதோ விழப் போகிறது" என்று கட்டிக் கட்டாக வாட்டரி சீட்டு வாங்குவார்களும் பலர் உண்டு!

— பி. ஆர். குமார்.



**ஒவ்வொரு துளியின் சுத்தத்திலும்
உண்மை அழகு தெரிகிறது.**



ஏனெனில், உங்களுக்குத்
தெரியும்—ஆரோக்கியமான
சுத்தத்தான் அழகாய்
இருக்கும்... சுத்தத்தான்
உந்தவின் உண்மையான
போஷாக்கு. சுத்தம்—இதுவே
பாராகூட் தேங்காய்
எண்ணெயின் உயிர்நாடி.
ஏனெனில் பாராகூட்,
எண்ணெய் மட்டுமல்ல,
போஷாக்கும் ஆகும்.
தெளிவானது...
கண்ணாடிபோல. சுத்தத்தின்
நறுமணத்துடன்.... உங்கள்
சுத்தனுக்கு சிறப்பான
தயாரிப்பு... சுத்தத்தின்
பராமரிப்பு.



பாராகூட்

ஆரோக்கியமான தேங்காய் எண்ணெய்

சுத்தத்தின் பிரதிபலிப்பிலே ஆரோக்கியமான



அழகான சுவந்தல்

“அம்மா...” முன்கலோடு திரும்பிப் படுத்த சிவாமனாவிடமிருந்து சிறிய கேவல் எழுந்தது. கண்ணீர்க் கோடு இன்னும் காபந்தபாடியில்லை.

“என்னம் செல்வம்... இதோ பார், அக்கா இருக்கேன் பாரு. கொஞ்சம் பாய் காப்பிடறயா...? பசிக்கிறதா...?” சாத்தா ஐந்து வயதுத் தங்கையை அன்போடு தட்டிக் கொடுத்தான்.

லேசாகக் கண்களைத் திறந்து சிவப்பு மொட்டாக அக்காவைப் பார்த்த குழந்தை சாத்தாவின் கழுத்தை இறுக்கி வட்டிக் கொண்டான். “அக்கா...”

இரவின் கண்மாதிரியும் காலுக்கும் மெதுவாகக் கிசுகிசுத்தது. இன்னும் அக்காவை இறுத்தினான்.

“என்னம்மா...”
 “தீ என்ன விட்டுப் போ மட்டியே?”
 “இல்லம் செல்லம்...”
 “எனக்குப் பயமா இருக்கு அக்கா...”
 “என்ன பயம்...? நான்தான் இருக்கேனே...”

இந்தக் கண்ணாறாவின் பெல்லாம் பாரக் கச் சலிக்காமல் பதின்மூன்றாம் நாள் மாலை சங்கரன் கொல்லைப்புறமாக மனைவியை அழைத்துச் சென்றான்.

“என்ன பண்ணப் போறே?”
 அதுதான் அவனுக்கும் தெரியவில்லை. கையில் இருந்த வளைவலை நெருடியபடியே தலைகவிழ்த்து நின்று கொண்டிருந்தான்.

“இப்படியே எய்வளவு நாழி திக்கறது?” குரலில் காரம் ஏறியது. தயக்கத்துடன் தலைநிமிர்ந்தான். புதுக்கணவன். அவன் கண் களில் நிறலாடிய ஆர்வம் அவனைத் தர்மசங்கடப்படுத்தியது.

“சே, நான் என் கடமைமயச் சரியாகத் தான் செங்கிறேனா?” எனக்கு அம்மா, என் ஷெட்க்கள் இருக்கலாம். அவருக்கு...? புதுக் கணவனாம்! பதினாறு நாளில் கிடைத்திருந்த சொற்ப அனுபவங்கள் திணைவுக்கு வந்த போது உடல் சிலிர்த்தது.

“என்ன...?”
 “இல்லை... மணி, சிவாமாதான் ரொம்ப அழறாங்க...” பாலி விலகி மீண்டும் மூடிச்

பெளவன

கர்வம்



கொழுவின கண்ணத்தில் முத்தமிட்டு அணைத்துத் தட்டிக் கொடுத்தான் சாத்தா. குழந்தைக்குத் தூக்கம் கண்ணைச் சுழற்றியது. சிறிது நேரத்தில் தூங்கிப் போய்விட்டான். மெதுவாக அவன் கைகளை எடுத்துக் கீழே வைத்தான். எழுந்து உட்கார்த்து கொண்டான். டெபிஸின் மேல் இருந்த ரெடியும் வைத்த கடிதாரம் மணி நாலே முக்கால் காட்டியது.

இப்போது எழுந்ததான் சரியாக இருக்கும். சாத்தாவிற்கு உடம்பெல்லாம் வலித்தது. அம்மா போய் இன்றோடு ஒரு மாதம் ஆகிவிட்டது. துக்கத்திற்கு வந்தவர்களும், காரியத்திற்கு வந்தவர்களும் இருந்தவரை ஜேஜே வென்று இருந்த வீடு துடைத்து விட்டாற் போலானது.

மணியையும், சிவாமனாவையும் சமாதானம் செல்வத்திற்குப் போதும் போதுமெல் றாவி விட்டது. அப்பாவும் கூடக் கொஞ்சம் குறைந்துதான் போய்விட்டார். அவருடைய சவடால் பேச்செல்லாம் குறைந்து விட்டிருந்தது.

கொண்டது போல அவன் துக்கம் குவிந்தது. கண்களில் கண்ணீர்.

“சரி, சரி. இங்கேயே டேரா போடற மாநிலியா...?” மனைமாக நின்ற மனைவி யைப் பார்த்த போது எரிச்சல் அதிகரித்தது.

“...அப்பவே அத்தை மட்டும் சொன்னா அம்மாட்ட... என்னம் மூத்த பொண்ணைப் பண்ணி கிறிங்க? சிக்கல் நிறைய இருக்கும் பொன இருக்கே... அப்பனோ, அம்மாவோ போனா மூத்த பிள்ளை தலைவலதானே எய்வாம் வரும்னா... எந்த வேளைவ சொன்னானோ...? கிறிதாக்கு...”

சாத்தா கேலினான். இதுவரை கூடத் திய் இருந்து புதுமணத் தம்பதிகள் பெருவ தற்காக விலகியிருந்த உறவினர்க் கூட்டம் இங்கே பார்வையைத் திருப்பியது. சங்கரனுக்குத் தர்மசங்கடமாகிவிட்டது.

மஞ்சளாரமேஷ்

"சரி, சரி, அழாதே..." விருட்டென்று கொல்லைக் கதவைத் திறந்து கொண்டு போய் விட்டான்.

புடைசுவைத் தலையப்பால் மூடிக்கொண்டிருந்த துடைத்துக் கொண்டு உன்னை வந்தான் சாத்தா. சித்தியும், அத்தையும், சின்ன பாட்டியும் என உறவினர்களுக்கா பஞ்சம்...? ஆனால் வாரும் எதற்கும் வாயைத் திறக்கலை அறிவினார்கள்.

"கிருஷ்ணமூர்த்தி பொண்டாட்டி காரி வங்கன் எல்லாம் தியவனா செஞ்சுட்டான். பாலம், பணம் காசு கணக்கே பார்க்கணும். இந்தக் காலத்துல வாகு பொன் தானம், பூ நான்னு அத்தனை பிராமணாளுக்கும் சாப்பாடு போட்டுத் தானம் கொடுக்கறா? சாஸ்திர சம்பிரதாயம் எல்லாம் விட்டாமல் விமரிசையா பண்ணான்..."

குழந்தைகள் விளையத்தையே வாரும் தொட்கூட இல்லை. கிருஷ்ணமூர்த்தியைப் பாராட்டப் பாராட்ட அவருக்குப் பெருமை பிடிபடவில்லை.

"இதென்ன பிரமாதம் மாமி. எங்க அப்பாக்கு தான் சிரார்த்தம் பண்டிப்போ ஒரு வணக்குரைப்பதில்லை. இவசம் முடிந்ததாங்க சாப்பிடறப்போ அஞ்சு மணிவாசியும்னா பார்க்குங்குங்கனே..."

"இப்படித்தான் எங்க மாமனாளுக்குமச்சினர் ஒருத்தர் கண்ணத்திற்கிவிலை இருந்தார்... என இன்னொருக்கல் லட்சுமிப் பாட்டி ஆயித்தான்."

பதின்மூன்றாம் தான் சாயங்காலம் ஓய் வொருவராகப் புறப்பட்டு விட்டார்கள். சாவு விட்டியல் சொல்லாமல் போக வேண்டும் என்று வைத்தது எவ்வளவு சௌகரியம்? நழுவுவதற்கு ஒரு சாக்கானது.

கடைசியாக மிஞ்சிய சாத்தாவின் மாமி வாரி விட்டனர் கிருஷ்ணமூர்த்தியை நெருக்கினார்கள். மாமனார் கந்தபிரசன் பழுத்த அணுபவசாஸி. அந்நிர ஒரு வார்த்தை பேச மாட்டார். கிருஷ்ணமூர்த்தியின் கையைப் பிடித்துக் கொண்டார்.

"சாவு விட்டியல் சொல்லிக்கக் கூடாது. நாய்க்புறப்படறோம். உங்க இழப்பு சொம்பப்

பெரிசு. மனசைத் தேத்திக்குங்கோ..."

கிருஷ்ணமூர்த்தி சிரித்தார். "கொனி, புண்ணியவதி. போய்ச் சேர்த்துட்டா. பூயம் மஞ்சளமா..."

பேசும் பேசுக்கூடும், சிரிப்புகூடும் சம்பந்த மில்லை. மனனவி போனதற்குச் சந்தோஷமா இல்லை தான் இனிமேல் கூட்டப்படுவேன் என்றிராரா...? புரிவதில்லை... மாமிவாரி கணக்கற்றது முக்கிருவியது.

"போகலாம்..." என்றான். சங்கரன் உன் கட்டியப் பார்த்தான்.

சாத்தாவைக் கொண்டு விடுவதைப் பற்றிக் கிருஷ்ணமூர்த்தி ஏதாவது சொல்வாரோ என கந்தபிரசன் பார்த்தார். அவரின் சிரிப்பு முகம் இன்னும் மாறவில்லை.

"புறப்படறோம்..."

கணகம் "கிருட்டென்று படியிறங்கிப் போனான். சங்கரன் பித்தொடர்ந்தான். கந்தபிரசன் வழுக்கைத் தலையை மேல் வயல் திரத்தால் துடைத்துவிட்டுக் கொண்டு தனித்தார்.

முன்னறை காரிரா உள்ளில் இருந்து பார்க்கும் கொண்டு இருந்த சாத்தாவிற்குக் "குபு"கென்ற அருமை வந்தது. ஒன்றுமே நடவாதது போல உன்னை வந்த கிருஷ்ணமூர்த்தி. "எனக்குப் பகிக்கிறது சாத்தா. நொய்க் கஞ்சி வச்சிருக்கியோ..." என்றார்.

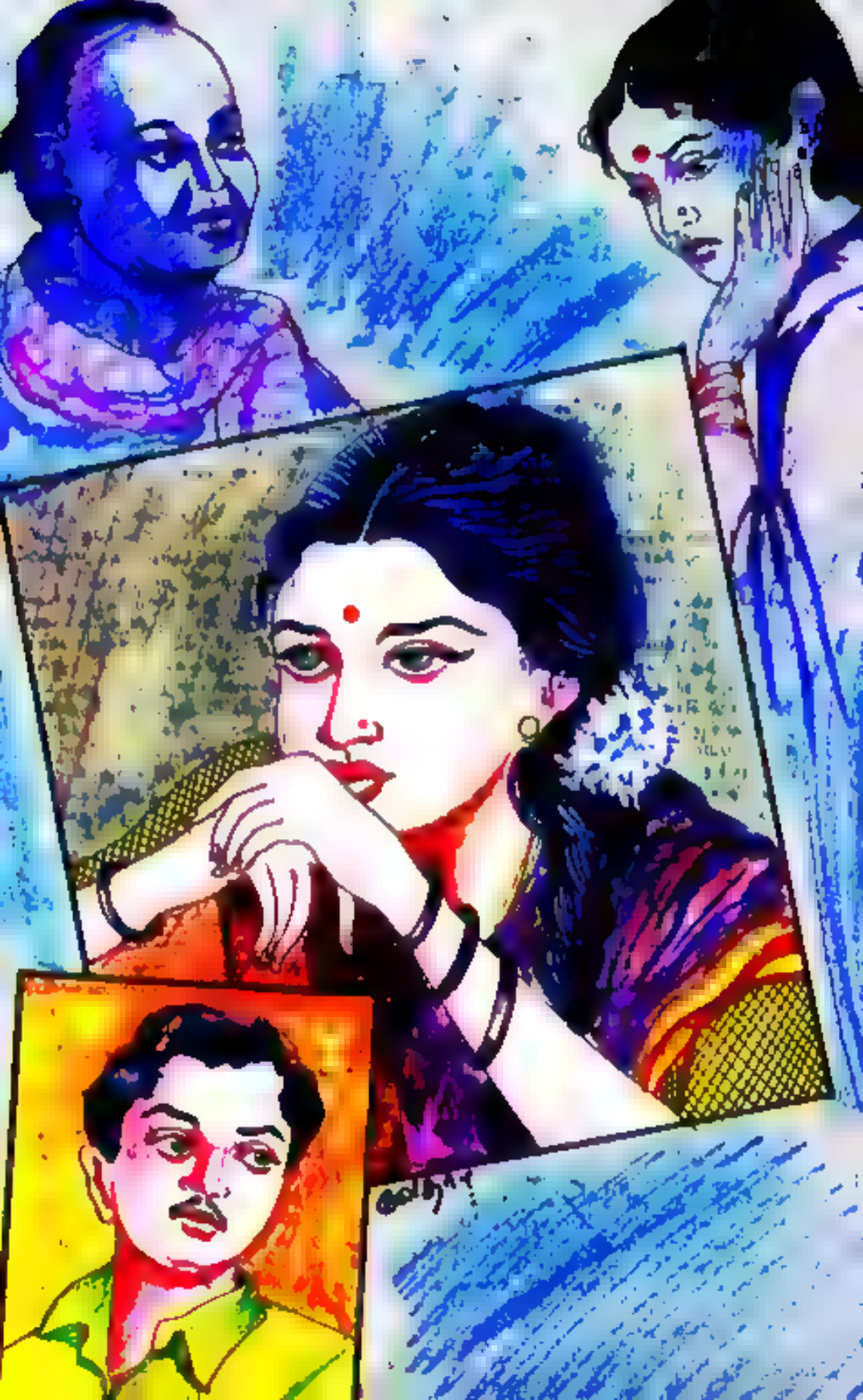
மெனமமாகத் தலையாட்டிய சாத்தா சமையலறையினுள் போய்த் தவினார் சிலுப்பினான். சமையலறையுத்தனம் மாதிர் இருந்தது. ஆங்காங்கே போட்டிருந்த பாத்திரங்கள், கொஞ்சமாய்ப் பொரிசில் ஒட்டிக் கிடக்க உலர்ந்து கொண்டிருந்த கிண்ணங்கள், தட்டுக்கள், மீத்து போன சாதம்.

நொய்க் கஞ்சியில் மோரை விட்டுக் கலந்து கிண்ணமும், தண்ணீரும் கொண்டு வந்து கூடத்தில் வைத்தான். இன்னமும் ரொடியல் வினைவாடிக் கொண்டிருந்த மணியை அழைத்துச் சாதம் போட்டான். மொமா எப் பொழுதோ தூக்கி விட்டிருந்தான். கண்ணத்தில் தட்டித் தட்டி அவனை எழுப்பி உட்கார வைத்து. ஆற்றிய பதம்பாலனை மெது மெதுவே கொடுத்தான். அரைத் தூக்கத்தி லேயே குடித்துவிட்டுச் கருண்டு கொண்டது குழந்தை.

உடம்பு மின்மின் மென்று தெறித்ததில் ஒன்றுமே முடியவில்லை. மனம் பூரா நிலில் அடைத்து கிடத்தது. கோபித்துக் கொண்டு போன மாதிர் தெரிந்த மாமிவாரி என்ன செவ்வார். சங்கரன் கூட கடைசியில் கருகூப் பாகத்தான் பேசினார். அவர்கள் கனகக் குப்போய் என்ன செவ்வார்கள்...? நிச்சிந்தன வகத்துங்கிக் கொண்டிருந்த அப்பாவைப் பார்த்தான். என்னையப்போடுவாரென்று விடுவான்? தான் போனா இவா என்ன செவ்வார்? சாப்பிட வேண்டியிருக்காமல்லை. அப்படியே கருண்டு படுத்து விட்டான். அதிகாலை மொமாவின் விசம்பலில் விழித்

பாதம் அல்லா செவ்வதற்கு பாதம் பகுப்பை அல்லவது விலை கொடுத்த வாங்கிக் செவ்வ வேண்டியதில்லை. கருணைக்கிழங்கை வேக வைத்து மிதித்து அல்லா தலார் செவ்வு கொண்டு ஒன்று இரண்டு துளி பாதாம் என்னென்ன விட்டால் போதும். அல்ல என்னென்ன விட்டால் போதும். பாதாம் அல்லா தொற்றுப் போதும்.

-- தோ தெவ்வகிவாணி.



வருக்கு இன்னும் பிரமை விலகவில்லை.

“அம்மா... பால்மமா...”

பால்காரனின் தூய் அலையைத் தட்டி எழுப்பியது. கைக்கு கொட்டி வந்தது. ஒதுக்கி முடிந்தான். புடைவையைச் சரி செய்து கொண்டான். சமையலறையில் போய், தேய்த்திருத்த ஒன்றிரண்டு பாதிரைக் களிப் ஒன்றை எடுத்து வந்தான்.

பால்காரன் சாத்தாவைக் களிவாகப் பார்த்தான். பேசுவதற்கு ஒன்றுமே இல்லாதது போல, பாசை அளந்து ஊற்றியவன், ஒருமுறை அவனை நிரிர்ந்து பார்த்தான். ஏதோ சொல்ல வந்தவன் மெனையாகப் போய் விட்டான்.

பாபரவென்று உள்பே வந்த சாத்தா புடைவையை இழுத்துச் செதுக்கி கொண்டான். பானைக் காய்ச்சி காப்பியைக் குடித்தவன் வேளையில் இறங்கினான். பந்தாவது வயதில் இருந்து பழகிப் போன வேலைகள். பழக்கமாகிப் போன சமையலறை.

ஒரே ஒரு வித்தியாசம். “அம் சாத்தா... ஏன்மே மூதேலி... தாக்கு வறண்டு போறதே... கப்பளாங்குல கொஞ்சம் தண்ணிய ஊத்தி வச்சா என்ன கேடு உனக்கு...”

என கத்தி கொண்டே இருக்கும் கெளரி யின் குரல் இல்லை. அவளுக்குத் தலையில் கிக்கெடுத்துத் தலைவாரி, அடிவப்போது காப்பியும், பிசைந்து வைக்கும் சாதத்தைக் கொண்டு கொடுக்கும் வேலைவும் இல்லை. மணக்கும், சிவாமாவிற்கும் பழைய சாதம் போட்டுக் கூறுக்கு அழுப்பினான். அம்பாபாமாகக் குவித்திருந்த வேலைகளில் தன்னையறியாமல் மூழ்கி விட்டான்.

கிருஷ்ணமூர்த்திக்கு வரவதும் சாப்பிடுவதும், தாக்குவதும் தவிர செய்ய வேறு ஒரு வேலையும் இல்லை. தாளாக ஆக சாத்தா தவித்தான். இரண்டு மாதம் ஒடிபே போய் விட்டது. சென்னையிலிருந்து ஒரு கடிதமும் இல்லை.

தினம் தினம் வேலைகளை முடித்துக் கொண்டு தபால்காரனின் வரையவே ஆகப்போடு எதிர்பார்ப்பான்.

“இன்னிக்கு அவர் கண்டிப்பா வருதுவார். வரற புதன்மீழமை தான் நல்லா இருக்கு... அன்னிக்கு அப்பாளைக் கொண்டு விட்ட சொல்லி எழுதுவாரோ... ஐயப்போ முத்தத்தைக் சாப்பாட்டுக்கு என்ன பண்ணுவான்...”

திடீஸ் நெஞ்சை அடைக்கும், தூரத்தில் தபால்காரனின் காக்கி உடை கண்ணில் தெரியும். அவன் முகம் மலர் மலர் மணம் துடிக்கும். “அம்மா தாயே, அவர் இன்னிக் காக்கம் வெட்டர் எழுதியிருக்கறாமை...”

“வேண்டாம்... இன்னிக் வேலை... புதன் மீழமைக்கு நாலு நாள் தானே இருக்கு...”

அவனைப் பார்த்துப் புன்னகைத்த தபால்காரன் கையில் தட்டி விட்டுப் போனார். பட்டபட்ட

அரிவாடி மூலம் வளைய நெருக்கிவிட்டு...
மேலே அவையாவது ஊர்போல் கிடக்கிறது...
தூரத்தில் கொள்ளைக் கையமான வயி...
அரிவாடி அளவைக் காத்திருந்து...
தூரத்தில் கைத்தி விடுங்கள் அது...
மணி நேரம் காத்திரியே நேரம் படுத்த...
கிளையில் போட்டு அளவைக் கொடு...
ருங்கள். அரிவாடி 100க்கு 10...
நெருக்கி இருக்கும்.

தும் நெற்றிசோடு திரும்பினான். அம்மாவின் தூரத்து கறவு யாரோ துக்கம் விசாரித்து எழுதிவிருந்தார்கள். கண்களில் நீர் கொர்த்தது.

“தான் மூலிக் போகணும்னு கூசாது, பட்டேனா... இல்லைமமா... எனக்கே தெரியலையே...” அவன் தவித்தான். அம்மாவின் குரலாகப் வந்து அழுளை முட்டியது.

“எனக்கு ஏன்மா இப்பவைய அலசுமா கல்யாணம் பண்ணிடு... உன் கூ மைலை முடிச்சுண்டு தீ போயிட்டே... எனக்கு என்ன பண்ணதுமே தெரியலையே... தெரியலையே...” தின்னையில் தூனில் முட்டிக் கொண்டு வாய்விட்டு அழு ஆரம்பித்தான்.

இவன் அழுதைச் சப்தத்தைக் கேட்டு எட்டிப் பார்த்த பக்கத்து வீட்டு தீலா கதையைத் திறந்து கொண்டு ஓடி வந்தான்.

“சாத்தா... என்னமே இது... பட்டப் பகல்வே இப்படி ரோகம் திண்ணுண்டு அழுதே...”

“மாமி...” அவன் தோளில் குலுங்கினான்.

“வா... உள்பே போகலாம்...” அவனைத் தாங்கி நடத்திக் கொண்டு போய் கூடத்தில் உட்கார்த்தி வைத்தான். விநிதியை சமையலறையில் தேடிக்கொண்டு வந்து சாத்தாவின் பக்கத்தில் உட்கார்த்து கொண்டு விநிதினான். சாத்தா முகத்தை அழுத்த துடைத்துக் கொண்டான். சிறிது நேரம் மெனையாக சாத்தாவின் முகத்தை ஆராய்ந்த தீலா அவன் கையைப் பற்றி நீவி விட்டான்.

தீலா கெளரி ஏன் தோழி, துறந்து போன காப்பி போடி, சர்க்கரைக்கெல்லாம் ஏடுசெய்பவன். சாத்தாவிற்கு அம்மாவைக்குச் சேமத்துப் போல பத்தியச் சமையல் பக்குவம் சொன்னவன். எல்லாம் கணவன் ராம மூர்த்திக்குத் தெரியாமல்தான். தெரிந்தால் தூரலாசராகி விடுவார்.

“அத் வெத்தினைச் சிவல் பவல் வீட்டை உனக்கென்னடி வேலை? தீ கொடுத்தா அயா தரித்திரம் கொறையப் போறது. அத்தம்மாவைப் பார்த்தப் பாவமாதான் இருக்கு. அதுக்காக... அத்த விடியா மூர்தி

விட்டுக்கு எய்வளவுவந்து கொட்டிக் கொடுப்பே" தாழ்த்துமென்று குதிப்பார்.

"மாமா ஆயிரக்கூப் போயிருக்காரா மாமி...?" தெரிந்த பதிலுக்குக் கேள்வி கேட்டால் சாத்தா...

"மின்னே... மனசெல்லாம் இந்த பத்து நாளா இங்கத்தான் கத்தி கத்தி வருது... என்ன பண்ணட்டும் சொல்லு... அது போகட்டும் நீ வந்து ரெண்டு மாதம் ஆயிருந்தேன... உங்கப்பனை கொண்டு போய் உங்க வீட்டு விட்டுச் சொல்லுது தானே..."

சாத்தா பரிதாபமாக விழித்தான். "நானா எப்படி மாமி சொல்றது..."

"அந்த ஆளுக்கா புத்தி இருக்க வேண்டாம். பொண்டாட்டி செத்தும் பொறுப்பு வரவையே... புதுசா கல்யாணம் ஆன பொண்ணை சமைக்க வசை நின்றுட்டு தூங்குறாரே நம்மா... ஆமா, நான் வேண்டா சொல்லிப் பார்க்கட்டுமா..."

"ஆனா மாமி..."

"தெரியும் நீ என்ன சொல்ல விரைந்து. மணிக் கும், நியாமாய்க் கும். என்ன வழி என்று நீ பத்து வயசுமே கரண்டி எடுக்கையோ. மணியும் சமைப்பது கத்துக்கட்டும். நான் அப்பப்போ வந்து சொல்லித் தவிரன்..."

நடைவில செடுப்புச் சப்தம் கேட்டது. கிருஷ்ணமூர்த்தி உன்னை நுழைந்தார்.

"என்ன வெயிலுமயமா. சாத்தா. ஸ்கூலு என்று தூத்தம் கொண்டு வாயேன்..." கூடத்து இருட்டுக்குக் கண்கள் பழுவியடிடன் தான் தீவா கண்களில் பட்டான்.

"என்ன இந்த வேலைக்கு...?"

"சாத்தா, பாவம் என்ன நினைக்கக் கூடாது... இருந்தால் இருந்து நினைவில் உக்காந்து அடி ஆரம்பிக்கட்டா... பாத்

துட்டு ஓடி வந்தேன்..."

"என்ன நினைக்கண்டு என்ன, போனவ போனவதானே..."

"ஆம்மா போன துக்கம்தானா..."

"மின்ன என்னங்கிறேன்...?"

தீவா ஒரு கணம் தயங்கினான். தன் அகவந்த சிதேந்திரன் ஆத்மாவுக்குத் திருப்தி அளிக்க இறையில் தடுத்து சத்தர்ப்பம் கொடுக்கப் போவதில்லை.

"அவனுக்கும் இருக்குமோலையோ, விட்டா விட்டுட்டு வந்திருக்கானே..."

"என்ன சொல்றீங்க..."

"புரீவாத மாநிரி பேதினாப்பலே ஆச்சா... இப்பத்தான் கழுத்தில தானி ஏறி விழுந்து. மாமியார் என்ன கொல்லுவா இருந்து இருக்குமே..." செம்பில் தண்ணீர் குடன் வந்த சாத்தா தயங்கி நின்றான். "கிருஷ்ணமூர்த்தி சிறப்பிக் கொண்டு எழுந்தார்."

"நம்மா இருக்கே நீங்க சொல்றது. பதி மூணாம் தான் போனானே. ஏன், தாங்க எங்க மாட்டுப் பொண்ண அழைக்கண்டு போறோம்னு ஒரு வார்த்தை சொல்ல வேண்டாமா? ஏதோ அவா மூணு பேரும்தான் விட்டு மூணா மாநிரி எறியிப் போயினாடு இருக்கா... கேக்க வேண்டாமோ..."

தீவா நிகைத்துப் போய் விட்டான். "இதென்ன இந்த மூணாச் தோனசைய இப்ப படித்திருப்பீப் போடுகிறார். இவரல்லவோ கொண்டு விட வேண்டும்..."

"சரி, அப்படித்தான் இருக்கட்டுமே... தம்ப வீட்டுக் குழந்தைக்கு தாமதானே துலுது செய்யணும்..."

"என்னது. என்னை என்ன இனிச்ச வாயென்று நினைச்சீங்கலா... நான் ஒன்னும் அல்லவையோ கொற்றங்க போயிடலை. சரி, சாத்தா எதிர்க்க பேச வேண்டாம்னு விட்டேன். ஒவ்வொரு தடவையும் அவா அப்படித்தான் பண்ணா... கல்யாணத்துலேயே

கழி வற்றல் அல்லது துய்விரி வற்றலில் உப்பு துக்கலாக இருந்தால் கலவை வேண்டாம். புளித்த மோரில் பச்சை மினகையை வைக்க கொள்ள வேண்டாம். வடிக்கடிக் கொள்ள வேண்டாம்.

இந்த மோரில் வற்றவைப் பதிகைத்து திடீடங்கள் ஊற வைத்து. பிறகு மோரை வடித்து. வற்றவை உலர்த்திப் பொரித்துப் பாருங்கள். உப்பு போன இடம் தெரியாது.

— ரேவதி.



தன்றாகப் பழுக்காத ஆப்பிள்கள் என்றால் கொஞ்சம் புளிக்கும். அவை களைக் கடைக்காரர் பழுத்த ஆப்பிள்களை ஓர் வீற்று விடுவதோ? நீங்கள் நோடு வீற்று விடுவதோ? நீங்கள் தெரியாமல் யாங்கிக் கொண்டு வந்து விடுகிறீர்கள். என்ன செவ்வது. பழுத்த ஆப்பிள் ஒன்றை எடுத்து தூண்டி துண்டாக வெட்டி பழுக்காத ஆப்பிள் களுடன் ஒரு கடைசியில் போட்டு வைத்து என். ஒரே தாளில் அவையும் பழுத்து விடுகின்றன. பிறகு சாப்பிடுங்கள். புலிக்கு காது.

— தொடர்.



என்னமா குதிச்சா, நான் இவ அம்மாக்காக சரி ஒரே ஒரு பேசுபட்டும்தான் விட்டேன். என்ன பொண்ணைப் பெத்தவர்கள் அம்மாவை அடையாளமா...?"

இவர் என்ன பேசுகிறார்.. இது எத்தனியாயிற்றுச் சேர்த்தி.. நியமமாகவே பெண்ணைக் கொண்டு விடுவதில் இவருக்கு விருப்பம் இல்லைவா... தலாவுக்குக் கசப்பு நட்பு.

"சாத்தா, நான் வரேன்மா..." என்று புறப்பட்டு விட்டான். கிருஷ்ணமூர்த்தி கலையினார்.

"வந்துட்டான் அப்பேவிருந்து ஊர் தியாயம் பேச. வம்பு பங்கென்று அணவன நென்மங்கன்..."

வாசற்படி இறங்கிய தலாவில் கையில் இது விழுந்து விட்டது. கிருஷ்ண சரசா வென்று உள்ளே வந்தான்.

"இப்போ பாருங்க. இந்த அநாவசியப் பேச்செல்லாம் எங்கிட்டே வந்தக்கேவெண்டாம். நியோ பாவம், கல்யாணமான பொண்ணை நான் கட்டிட்டு அழறானே. அது மனசை என்னைவென்றுதான் பேச வந்தேன். எனக்கென்ன போச்சு? நீங்க லாக்க, உங்க பொண்ணாக்க..."

"எனக்குத் தெரியும், நீங்க ஒண்ணும் வழக்கத் தூக்கிண்டு வர வேண்டாம்..."

"இனிமே நான் எதுக்கு இங்கே வந்தேன். உங்க ஸ்டூடியோ பார்த்து ஒரு தாவி உள்ளே துண்டாயினோ..."

தலா மாயி சிட்டாகப் பறந்து விட்டான். அப்பா கைகளில் சொம்மை வைத்து விட்டு காயிரா உள்ளிருந்து புருந்து கொண்டான் சாத்தா.

சொப்பு வைத்து விண்ணாய்க் கொண்டு புருந்த வியாழா இவனை நிரிந்து பார்த்துப் புன்னகைத்தான். கையில் வைத்திருந்த மரப் பாச்சியைக் கீழே வைத்து விட்டு எழுந்து வந்தவன், சாத்தாவின் பின்புறமாக வந்து தோணைக் கட்டிக் கொண்டான்.

"அக்கா..."

"ம்..."

"எனக்குப் பாட்டு சொல்வேன்..."

கழுத்தில் இருந்த கைகளை விவகித்து அவளை இழுத்து மடியில் அமர்த்திக் கொண்டாள். முகத்தோடு முகம் சேர்த்துக் கொடுகிறாள்.

"சத்தப் பாட்டு..."

"மேன்கு பாப்பா..."

"மேன்கு பாப்பா"

மேன்கு பாப்பா

கொபம் கொன்னாநே

அம்மா வந்த நேரமாகக்

கண்ட. போட்டாதே!"

சாத்தாவின் பாட்டுக்கு ஏற்ப அழகாக இருப்பில் கூட வைத்து ஆடிய வியாழா கண்டை போட்டாதே.. என கையசைத்தான். நங்கப் பித் போல அசைத்த வியாழா அவை இழுத்து அணைத்து முத்தமிட்ட சாத்தா போடு ஒட்டிக் கொண்டது குழந்தை. "நான் அக்காவா... அம்மாவா..."

"அம்மா..." சொன்னேன் என்றது அப்போது தான்.

கல்யாணத்துக்கு அது நான் முன்னாய் குறித்ததுதான். அப்பறம் கல்யாணமான புதிதில் திணைவே அற்றுப் போனது. அப்பறம் அம்மாவோட ஆன்பத்திரி வாசம். பிறகு வந்த கலாட்டாக்கள்... நாட்களை மனக்கூதம் எனக்குப் போட்டான். இரண்டு மாதத்திற்கும் மேலாகிறதே... "இந்த விஷயம் யாருக்காக்கம் மறக்குமோ? அட ஆண்டவனே..."

தெருக் குப் பென்று பயத்திலும் திணிலும் அடைத்தது. இப்படிக்கூட இருக்குமோ? தலா மாயிவிடம் சொல்லவா?

"தங்காக்க... உங்க பொண்ணாக்க... என்று புடைவைத் தலைப்பு உதறிச் சொடுக்கி கொண்டு போனானே...

(தொடரும்)



அழகுவிளை எழுத்தின் மேலேயேயே அமர்ந்து? *(Tamil text written diagonally across the woman's face)*

கேட்புதந்த

உங்கள் காதலிக்குள் எவ்வளவு நுழைகிறீர்கள்? உங்கள் காதலிக்குள் எவ்வளவு நுழைகிறீர்கள்? உங்கள் காதலிக்குள் எவ்வளவு நுழைகிறீர்கள்?



உங்கள் காதலிக்குள் எவ்வளவு நுழைகிறீர்கள்? உங்கள் காதலிக்குள் எவ்வளவு நுழைகிறீர்கள்? உங்கள் காதலிக்குள் எவ்வளவு நுழைகிறீர்கள்?

உங்கள் காதலிக்குள் எவ்வளவு நுழைகிறீர்கள்? உங்கள் காதலிக்குள் எவ்வளவு நுழைகிறீர்கள்? உங்கள் காதலிக்குள் எவ்வளவு நுழைகிறீர்கள்?



கேட்பு
நீங்கள்
நேச்சுரஸ்
கிளிளன்சர்



ஆரோக்கியமான மகிழ்வு மேலேயேயே பெற இயற்கையான வழி.

ஆர்வம், தாகம்

திமது தலைநிலை நிர்ணயிப்பதில் பெரும்பங்கு தாயகத்துக்குடே என்பதை உணர்ந்து கொண்ட அனைத்து அரசியல் கட்சிகளும் தத்தம் அறிக்கைகளில் மக்களுக்கு உடனடி நடவடிக்கை மேற்கொள்ளுமாறு கோரியுள்ளன. அரசும் சட்ட அளவில் 30% என அதைச் செயல்படுத்தியுள்ளது. ஆனால் மொத்த அலுவலகப் பணிவாரியத்தில் வெறும் 13%தான் மக்களின் என்னும், பொதுப் பணி நிர்வாகப் பதவிகளில் 11% என்றும் இன்றையப் புகளின் விவரங்கள் அறிவிக்கின்றன. சமூகமக்கள் இருந்தும் அவற்றைச் சரிவரப் பயன்படுத்திக் கொள்ளாத நிலை ஏன்?

ஏதோ கடனே என்று அலுவலகம் செல்வோம். வேலையை ஒப்பேற்றி விட்டுக் கிடைக்கும் சம்பளத்தை விட்டுப் பொருளை தாரத்தை மேம்படுத்தப் பயன்படுத்திக் கொள்வோம் என்ற மேலோட்டமான மனப் பாங்கும்தான் இன்றையப் பெண்கள் செயல்படுகிறார்களா? தங்கள் திறமையை முழுமையாகப் பயன்படுத்தி, உயர் பதவிகளை எட்டிப் பிடித்து, விளக்கம், விளக்கம் என்று எவ்வளவாய் கூறுகிறோமோ அத்தந்திரப்பதி எவ்வளவாய் தேடித் தல்க்கும் ஆர்வம், தாகம் இவர்களிடம் இல்லையா? இக்கேள்விகளை, "அவியை இந்திய நிர்வாக அமைப்பு" ஏற்பாடு செய்திருந்த "நிர்வாகத் துறையில் மக்கள்" என்ற கருத்தரங்கில் கலந்து கொள்வதற்காக வந்திருந்த இந்தியாவின் பல பகுதிகளிலும் 'Top Women' என்ற உயர் பதவி வட்டங்களில் பணிபுரியும் சில அதிகாரிகளைக் கேட்டோம்:

டாக்டர் சீமா ராமச்சந்திரன் ஓ.என்.ஐ.பி. சிக் பெற்று மேலாளர்):

"ஆண்களுக்குச் சமமாகப் பணிபுரித்தாலும் பெண்மையின் மென்மையையும், தனித்தனியும் விட்டுக் கிறதற்குக் கூடாது என்ற எண்ணம் பெரும்பாலானவர்கள் பெண்களின் மனத்தில் அடித்தனத்தின் இருக்கிறது. ஆனால் இந்த எண்ணம் முன்னேற்றத்துக்கு எதிர்த்தந்திலும் தடைக்கல்லாக இருக்க வேண்டியது" என்கிறார் சீமா. வேலையில் 'மட. மட' வென்று முன் ஓடும் வரவேண்டுமானால் வாய்ப்புக் கிடைக்கும் போதெல்லாம் பணிகளை மாற்றிக் கொண்டேயிருக்க வேண்டும் என்ற காலாது கருத்தைக் கூறுகிறார் இவர். இப்படிக் கூறிவிட்டுக் கூடு பாய்ந்தால், 'telling more' என்ற பெயர் கிடைக்காதா? புதிய அலுவலகத்தில் எத்தெகப் பாரிவை



சீமா



சீமா

இல்லவமா?

கன் இருக்காதா?

தம் பணியில் முனைப்பாய் இருந்து, அனுபவக் முன்னேற்றத்துக்கும் பாடுபட்டால் கண்டிப்பாக இருக்காது. எப்போதும் விழிப்பாக இருக்க வேண்டும். வீட்டு நிர்வாகத்தைச் சரியாகக் கவனித்து முடிவானது என்ற கருத்தும் தவறு. இப்படிப்பட்ட பெண்கள் என்னும்போது அம்மா என்பவன் தம் தேவைகளைக் கவனித்துக் கொண்டு அப்பாவுக்கு 'இரண்டாவது பிடி' வாங்கும் பக்கவாத்தியம் மட்டுமே அல்ல, அவருக்குக் கொள்வார்தன், பெண் குழந்தைகளானால் தங்களுக்கு என்று சுயநிந்தனையை வளர்த்துக் கொள்வார்தன். ஆண்களானால் தாமதம் மனைவியை எவ்வாறு நடத்த வேண்டும் என்று புரிந்து கொள்வார்தன். மாயா ரெட்டி (பெங்களூரின் டிஜிட்டல் கார்ப் பரேஷனில் துணைத் தலைவர்):

"பொதுத் துறையில் உயர் பதவி வகிக்கும் மகளிரின் எண்ணிக்கைக் கணிசமாக இருந்தாலும், சூனியார் துறையில் இன்று போர்ட் ரூம்' வரை சென்று உயர்மட்ட முடிவுகளை எடுப்பதில் பங்கு பெறும் பெண்களை விரல்விட்டு எண்ணி விட

லாம். மகப்பேறு, குடும்பப் பிரச்சனைகள் இவற்றுக்கான நீண்ட கால வகுப்புகள் இங்கே இல்லாததும் ஒரு முக்கிய காரணமாக இருக்கலாம்.

"ஆனால் தம் பெண்களைப் பொறுத்த வரையில் திருமணம் என்பதுதான் வாழ்வின் மட்டுமே என்ற கருத்து பரவலாக, ஆழமாகப் பதிந்துள்ளது.

"என் உறவிலே ஒரு பெண். சாஃப்ட் வேர் என்ஜினியர், பல துறைகளில் தேர்ச்சி பெற்றவள். ஆனால் ஓர் அமெரிக்க மாப் பின்னை அவளைப் பெண் பார்க்க வந்த போது ஒருவீத மயக்கத்திலேயே ஆழ்ந்து விட்டாள். வாலிவிருந்து ஒரு வார்த்தை கூட வரவில்லை. தன் பட்டம், பதவி சகலத்தையும் உதறிவிட்டு அவன் பின்னே போகத் தயாராகி விட்டாள்.

"இதே போல, எங்கள் கம்பெனியிலே பணிவாற்றிக் கொண்டிருந்த பதினாட்டின்க யான பெண்ணொருத்தியை வெளிநாட்டுப் பயிற்சிக்கு அனுப்பத் தீர்மானித்தோம். அங்கே சென்றால் பிற நாட்டு மானவர்களுடன் தங்க வேண்டுமென்பது போன்ற சகக் விவரங்களையும் அவள் கணவனிடம் கூறி அனுமதி பெற்றோம். அவள் சில நாட்களில் கணவனுக்குச் சந்தேகம்



மீரா



மீரா

முனைத்து, அவனும் தேரே அங்கேயே சென்று, காரணமில்லாமல் அவனை அடித்து உதைத்துத் துன்புறுத்தி - இன்று விவகாரத்தில் போய் திரிந்துகொண்டிருக்கிறது.

"பல தருணங்களில் பெண்களின் கவர்ப்பை நாசமாகப்பவர்கள் பெண்களே எப்போதும் தான் பார்த்திருக்கிறோம். 'இவன் தன் திறமையால் முன்னுக்கு வருவ தாகவா என்னிடம் கொண்டிருக்கிறீர் கள்?' என்று தூக்கில் தூங்கிவிடாமல் போவது, தன் கணவரின் அழகைத் திரிபாகப் பலருடைய பார்த்துப் பொறாமைப்படு வது போன்ற குற்றங்கள் செய்வதெல்லாம் பெண்கள்தான் என்றோர் மாயா.

தீஜா ஹரிசிங் ஐ. பி. எம். (இந்தியாவின் முதல் பெண் டி. ஐ. ஐ.):

ஒருமைப்பாடு காவல்துறை பெண்க ளுக்கு ஏற்றதல்ல என்ற கருத்துக்கு எதிர் வாதுமாகச் செயல்படுபவர்.

"கெடுபிடி கட்டுடும் ஆண் அதிகாரியை விட எங்கிலிடம் கைதிகள் மனம் திறந்து பேசுவார்கள். மடகா. அந்தர் பாஹர் ஸ்பர் போன்ற பலவிதமான சூதாட்டங்களைப் பற்றிப் பணிபெற்றதும் தான் அறிந்து கொண்டேன்" என்று சிரிக்கிறார். கர்ஜாட் காவலின் சித்தரூர்கா மாவட்டத்தில் இத்தப் பழக்கம் கொடிய தங்க வேராகப் பரவிய போது கருவுற்றிருந்த போது கூடக் காவல் படைபுடன் இத்தச் சூதாட்ட விடுதிக்குத் தேரடியாகச் சென்று அதிரடி நடவடிக்கை எடுத்தவர் தீஜா.

"புன்லி விவரங்களுக்குக் கதோ சில லைக் கதை செய்பவால் திதுமாகியே பெரிய புன்லிகளைக் குறி வைத்துப் பிடித்தோம். அப்போதுதான் இத்தச் சூற்றத்தின் ஆண் வேரை அறிக்க முடியும் என்பது என் முடிவு.

"மொஹரம் புனித தானின் போது மருதி ஒன்றில் இறந்த பன்றியின் உட லொன்று கிடந்த போது வெடித்த இத்து -

தீஜா ஹரிசிங் ஐ. பி. எம். (இந்தியாவின் முதல் பெண் டி. ஐ. ஐ.):

கருணைக் கொங்கு சிப்க் செய்யும் போது, சிலை துண்டுணை ஜலத்தில் போட்டு, அறிவித்து எடுத்துக்கொண்டபடிப் போடுவார்கள். அதன் மீது தேசமயான அறவு டெயில் சாண்ட்டைத் துவிப் பிசிறி விடுங்கள். வானலி என்னென டில் அரை சி.டி.கை மஞ்சள் பொடி துவி விட்டு, உப்பு சிசிறிய சிப்க் எடுத்து என்னெனில் போட்டுப் பொரித்துக் கொண்டபின், உருணைக் கொங்கைக் கொழொழப்பு இல்லாம லும்தகவ திறத்தியும் குடியுடனும் இருக் கும், சிப்க்!

— தீஜா.

மூன்றாம் கிளாச்சிப்க் போதும் சரி, போலீச்காரர் ஒருவர் ஒரு பெண்ணைக் கற்பழிக்க முயற்சி செய்ததை அடுத்து ஒரு பெரிய கூட்டமே காவல் நிலையத்தைச் சூழ்ந்து கொண்டு நீ வைக்கப் போவதாகப் பலமுறுத்திய போதும் சரி, தானே தேரில் சென்று அதிரடி நடவடிக்கை எடுத்தவர் தீஜா.

எத்த ஒரு பொறுப்பையும் தன் கீழ்ப் பணிபுரிபவர்களிடம் தன்னிடமும் தானே தேரடியாக ஏற்றுக் கொண்டால் மிதிப்பு தானாக வந்து சேரும் என்றோர் இவர்

தீஜா ஹரிசிங் ஐ. பி. எம். (இந்தியாவின் முதல் பெண் டி. ஐ. ஐ.):

"வங்கியில் கிளாச்காக இருந்தாலே போதும், ஆபீசாகப் பதவி உயர்வு வந்தால் இட மாற்றம் வரும். குடும்பத்தை விட்டுப் பிரிய வேண்டிய வரும். எனவே அது வேண்டாம் என்று பல பெண்கள் திணைத்த காலம் உண்டு. இப்போது அத்த நிலை சிறிது சிறிதாக மாறி வருகிறது" என்றோர் தீஜாஹரிசிங். "மூப்பது வருடங்க ளுக்கு முன்னாலும், தான் வேலைமையில் சேர்ந்த புதிதில் ஆணை ஒன்றைப் பார்வைமீடச் செல்ல வேண்டி வந்தபோது 'தீர்க்கரை போகப் போகிறீர்கள்? அங்கே ஆண் பணி வகைகள் திறமை உண்டோ?' என்ற கேள்வி எழுந்ததுண்டு. இன்று பாருங்கள். பெண்கள் தனியாக 'ஜி' போகிறார்கள். அப்போதுமே சென்று குறிப்பிட்ட காலம் பணிபாற்றவும் தவிராக இருக்கிறார்கள். கம்ப்யூட்டர்கள் வேலை வாய்ப்பைப் குறைத்து விட்டது என்ற கருத்தும் தவறு. சின்ட்ம் அனலிசுட், புரோகிராமர் போன்ற பணிக்குப் புதிய வேலை வாய்ப்பை ஏற்படுத்தித்தான் தந்திருக்கிறது. கணக்குப் போடுதல், சரி பார்த்தல் போன்ற கடின மான வேலைகளைத்தான் துரிதமாகச் செய்து முடித்து தம் வேலைத் திறனை இன் னும் ஓக்கியமான பல வுதிகளில் செலவழிக்க வாய்ப்பு ஏற்படுத்திக் கொடுத்திருக் கிறது என்பதுதான் உண்மை.

"சின்ட்ம் சின்ட்ம் விவரங்களைக் கூடச் சிந்தனைபுடன் பார்த்துச் செயல்படும் இயல்பு பெண்களுக்குரியது. எனவே இவர் கத்தாக இவற்றை இயக்குவதற்கு மிகவும் ஏற்றவர்கள் என்றோர் தீஜாஹரிசிங்.

"தீஜாஹரிசிங்" என்று சொர் என்று வித்தி யாசமானதாகப் பட்டதால் அந்தக் அர்த் தம் கேட்டபோது எண்மிருத்தத்தில் கட்டு விரணைக் குறிக்கும் என்றார்.

— தீர்க்கரை கக்கரவர்த்தி.

படங்கள்: 'மோகா

இப்பீட்டா நாய் சக்கரவர்த்தி. இது ஒரு அழகான குளியக்காரியின் பெயர். கருப்பு நிற உடை, மொத்தமான தங்க நகைகள், போதை தரத்தக்க மணமிக் ரோஜாப்பூக்கள் - இவற்றோடு அத்தப் பெண் காட்சியளிக்கிறார்.

கனடாவில் உள்ள மாண்ட்ரீல் நகரில் அகில உலக மந்திரவாதிகள் சங்கத்தின் தலைமையகம் உள்ளது. அதன் தலைவர் நான், இந்த இப்பீட்டா!

தமது சங்கத்தில் செயல் முறைகள், இருப்பிடம் முதலியவற்றைப்பற்றி, என் அதன் பெயரைக் கூடச் சொல்ல இப்பீட்டா மறுக்கிறாள். "அது ரகசியம். சொல்லக் கூடாது" - என்கிறாள்.

"எங்களுக்கு இருக்கும் சக்தியால், குடும்பத்திலோ, அலுவலகத்திலோ மனக்கலையை கொண்டு இருக்கும் யாருக்கும் மன அசுமலி ஏற்படுத்த முடியும்" என்று இப்பீட்டா பெருமையுடன் சொல்கிறாள்.

"மீன் வாங்க என்ற சைத்தத்துவம், சிக்

னாலும் உண்டு. ஆனால், அது தவறு" - என்று சொல்லுகின்ற இப்பீட்டா, "நாங்கள் அறிவியலையே பயன்படுத்தி பிறருக்கு தல் உணவற்றதையே செய்கிறோம்" - என்று பெருமையுடன் சொல்கிறாள்.

"உருப்பகல் நேரத்தில் சூரியனை வழி படுகிறோம். பெரிய புயல் வீசிக் கொண்டு இருக்கும்போதும் சூரியனைவழிபடுகிறோம். இவைபெய்களாம் எங்களுக்கு அளவற்ற சக்தியைக் கொடுக்கின்றன" - என்று இப்பீட்டா உறுபிறாள்.

நாற்பதாமிரம் மனைகள் அமெரிக்காவிலும், ஐரோப்பிய நாடுகளிலும் உள்ளன. இத்தியாவில் 35 மனைகள் உள்ளன. "மந்திர - மந்திர கித்தானைக் கற்றுக் கொள்ள ஐந்தாறு பேர் மீன் ஸப் பி க் து இருந்தார்கள். அவர்களில் ஆறு பேர்களைத்தான் நான் தேர்த்தெடுத்துக் கொண்டேன்" - என்று



குளியக்-காரர்களின் உலகத் தலைவர்



வேதம், எரிபுது நாட்டின் தலைவர் என்று பலவீத மந்திர மந்திரங்களை வகுக்கண்களில் படிக்க வேண்டும். வாரம் தொறும் எங்களை உடலிலும், உன்னத்திலும் பல வித சோதனைகளைத் தலைமையே பூசாரி செய்வார். அப்போதெல்லாம் நாங்கள் உடலுறவு கொள்ளுவதோ, மதுபானம் போன்ற போதைப் பொருள்களைப் பயன்படுத்தவோ கூடாது" - என்கிறாள் இப்பீட்டா.

இப்பீட்டாவைப் போலத் தலைவராக வர வேண்டுமோர் இருபது மீ த ர் யு க ள் க் து தேர்ச்சி பெற வேண்டும்.

"எங்களுக்குத் தேவியெல்லாம் மூக்கியம் இல்லை. ஆனால், 13-5-1986 ஐ நினைவு வைத்துக் கொண்டு இருக்கிறேன். அன்றுதான் நான் தலைமையே பூசாரியாக நியமிக்கப்பட்டேன்" - என்கிறாள் இப்பீட்டா.

"எங்களில் சில கெட்ட குளியக்காரி

இப்பீட்டா, சீடர்களைத் தேர்த்தெடுப்பதில் தாக்கிரதையால் இருக்கிறாள்.

கடத்த ஒன்றரை ஆண்டுகளில் சுமார் ஆயிரத்து ஐந்து மனதோயாளிகள், திராத உடல் தோயாளிகள் போன்றவர்களைத் தோய்களை மூக்கால் பங்கு இப்பீட்டா குணமாக்கி இருக்கிறாள்.

கையில் உள்ள 'அதெனி' என்ற கூர்மையான வான், மந்திரக் கோல், சிறிய சிறிய கோல்கள், பல விதமான அழகான கண்ணாடிக் குண்டுகள், பாம்புத் தலை உள்ள "தாமினி" என்ற வீணையுயர்த்த கத்தி, போன்றவைகளை இப்பீட்டா எப்போழுதும் ஸத்தூக் கொண்டு இருக்கிறாள்.

அவை அவளுக்கு உதவியாக இருப்பதுடன், அவளை அழகுக்கு அழகு சேர்க்கின்றன!

— சண்டே மெயிலிலிருந்து. சேவம் சக்திக்கொடி.

ஊருக்கே செய்யறாங்க!

காங்கா ராமமூர்த்தி

“மரிமா...”

“என்ன?” செவித்தாளில் எண்ணெ ஓட்டியபடியே மருமகளைக் கேட்டார். ஒற்றைச் சொல்லில் ஒரு கிலோ கோபத்தை ஏற்றியிருந்தார்.

கலா தயக்கத்தோடு வார்த்தைகளை மனலில் கோத்தான். பிறகு மெல்ல மெல்ல வாய் வழியே பிரசவித்தான்.

“இன்னிக்கு அஞ்சாம் தேதி...”

“சரி, அதுக்கென்ன?”

இந்தாம் தேதி பால் காட்டு வாரங்க வேண்டிய நான் என்யது அவருக்குத் தெரிந்திருக்க நியாயமில்லை.

பால் காட்டு வாரங்களும், அவர் ஆயுளுக்கு சீக்கிரம் போகணும்னு கமிவைக் கெச்சில் விடல்லை. நான் தான் போய் கெச்சில் விட்டுட்டு ஆயுளுக்குப் போகணும். அதுனால...”

“இப்பார் கலா, என்னால பால் காட்டு வாரக் கயூல நிக்க முடியாது. ஒடறவரை ஒடி இப்பத்தான் ஒய்ஞ்ச ஒக்கார்த்திருக்கேன்.”

கலா கைவிரித்துப் பால் காட்டை டேயின் டிராயரில் பத்திரப்படுத்தினான். “சரி மாமா, பரவாயில்லை. சனிக்கிழமை அவருக்கு ஆயுள் விவரன். காட்டு வாரக் கலாம். டேயின்ல சாப்பாடு ‘ஹாட் பேக்’ல இருக்கு. தக்காளி பச்சடிய பரிதில் வெச்சிருக்கேன். சூப்பலமா எடுத்துக்குங்க. நான் வரேன்.”

“ம், ம்” என்றார் கடுப்பாக.

தெயும் இருத்தவரை சத்திரமெனலி ஒரு துறும்பை எடுத்தது. இந்தப் பக்கத்திலிருந்து அந்தப்பக்கம் தகர்த்தியவரில்லை. ஒரு பின்னா இரண்டு பெண்கள். பெண்களை வசதியான இடத்தில் திருமணம் செய்து கொடுத்து விட்டார். தெற்கில் ஒருத்தியும் மேற்கில் ஒருத்தியுமாக ஆளுக்கு இரண்டு குழந்தைகளோடு வாரம் ஒரு முறை அப்பாளைக் கடிதம் மூலம் குசலம் விசாரித்து வருகிறார்கள். அவரும் வரித்து வரித்து அவர்களுக்கு எழுதுவார். அவர்கள் என்ன எழுதுவார்களோ, ஏது எழுதுவார்களோ

தெரியாது. சத்திரமெனலி உக்கிர சாமியாதி யிருப்பார், அது மட்டும் நிச்சயம்.

“கேட்ககேட்க, அப்பா பதிலே பேசாம ‘உர்’னு இருக்காரே. வல்லியோட ஷெட்டர் வந்ததா!” என்று ரமேஷ் கலாவிடம் ரகசியமாகக் கேட்பான்.

“இருக்கும். நான் வரும் போது, மாமா ஷெட்டர் எழுதிக் கொண்டிருந்தார். வல்லியோ இல்லை, புவனாவா, யார் போட்டால்தான் என்ன, நமக்கா எழுதப் போகிறார்கள். அப்பாவுக்குத்தான் எழுதுவார்கள்.”

“கலா, என்னவோ போ, அம்மா போனப்பறமே அப்பா என்னக் குழந்தை மாடிரி முரண்டு பிடிக்க ஆரம்பிக்கட்டார். இது அவங்க குத்தமில்லை. வயசானதோஷம், தன்னை வாரும் கவனிக்க மாட்டாங்கனோன்னு அவங்களுக்குள்ளே விபரீதமான எண்ணம் வந்திடும். தனக்கு ஒரு முக்கியத்துவம் இருக்கணும்னு நெனைக்க ஆரம்பிச்சிருவாங்க. நமக்கு வயசானாலும் இப்பே மாடிரித்தான் நாமும் மாறிடுவோமோ என்னவோ?”

கலாவின் மன இறுக்கங்கள் ‘பளீர்’ சென்று விலகின. பிறகுடைய குணங்களை நல்ல கண்ணோட்டத்துடனேயே பார்க்கப் பழகியிருக்கும் ரமேஷின் பேச்சில் அவன் மனத்திலும் மெகங்கள் விவசியது போல தீர்மானமான வானமாக நம்பிக்கை நீலம் திறைத்தது.

வராததானில் நாற்காலியில் சாய்ந்து வாரப் பத்திரிகையில் மூழ்கியிருந்தவரை நண்பர் சாமலிங்கத்தின் வருகை தனது நிமிர வைத்தது.

“உட்காரேன். இன்னிக்கு என்ன இல் வளவு நோம்? பதினொரு மணிவா?”

“ஒளக்கென்னப்பா. ரிடையர் ஆன பிறகு ‘அக்கடாரு’ இருக்கே. என்னைப் போலவா? பிள்ளை காவலை ஆயில் போரும் பொழுதே கையில் பால் காட்டையும் பணத்தையும் கொடுத்துட்டுப் போயிட்டான். அங்க போனா ஏகப்பட்ட கூட்டம், வாங்கிண்டு வந்து இப்பத்தான் சாப்பிட



டென்."

"உன் மருமகன் என்ன பன்றா? வீட்டில் கம்பாநாஸெ இருக்கா. ஏன் அவு செல்வந்து. நீ எதுக்கு இடம் கொடுக்கறே. நாம், நம்ம பிள்ளைக்கும் மருமகளுக்கும் எதுக்காகப் பணிபுளும், ஏனெனதச் செய்ய வேண்டியானா நாம்? அவங்களைப் பெத்த அப்பன். அதை நீயும் மறந்து போற, அவங்க மறந்து போறாப்பே நடத்துக்கறே."

"இதெல்லாம் உதவிறானென்று?"

"இன்னிக்கு மரீயாந்தவா, இதைச் செய்வதென மாமாவு கேக்கறங்க, நான்கு ஏன் இதைச் செய்யாது. அதுபடி கேக்கற தெல்லாமக்கு வத்திடும் தெரிஞ்சுக்க."

"மருமகனை விடு. என் கொய்யப், அவனெ சொய்தா." "கம்பாநாஸெ உட்கார்த்திருக்கீங்க, பால் காட்டு வாங்கிட்டு வாங்கனெய்கிறா! இதுக்கு என்ன சொய்தா?"

"கொய்யப் இருந்தபோது கூட நான் இது போய் சிவங்கு வேணு செய்வதென்கை, நம்ம மதிப்பை நாம்தான் காப்பாத்திக் கணும் சாமலிங்கம், சாப்பிட்டாச்சா?"

"ஆச்ச, வெயிச கொளுத்துது, கொளுசு தேரம் கண்ணா அரணும், மூணு பணிக்கு பால் வாங்கப் போகணும்."

சாமலிங்கம் எழுந்து போனார். சீகடயன் ஆன பிறகு வெகுலாகத் தளர்த்து போய்க் குத்தார். "துயோ பாவம்" என்று சத்திரமெனவி திணைத்தார். ஒழுங்காக வேளா வேளைக்கு நல்ல சாப்பாடு உட, அவருக்குக் கிடைப்ப இல்லை என்று அவரே குறைப்பட்டுக் கொண்டது திணைவுக்கு வந்தது. சாமலிங்கத்துக்கு எழுவாறு ரூபாய் பென்ஷன் வந்தது. அவ்வணைவரும் குடும்பச் செலவுக்கே கொடுக்கிறார். அப்படியும் அவர் மகன் சோமு சில சமயம் செலவுத் பக்கத்து

வீட்டில் கேட்கும்.

"எழுவாறு ரூபாய்க்கு தாறு செலவு, பால், பழம், சாப்பாடு, தவிர மருத்து, டாக்டர், இத்தக் கணக்கெல்லாம் வார் பார்த்தறாங்க. பென்ஷன் பணம்பூரா அப்படியே குடுத்துட நென்னு வாங்கு வாங் சொக்குவா, செலவு என்ன ஆகிறதுன்னு யோசிக்கப் பார்த்திறாரா?"

சத்திரமெனவி குடும்பத்துக்கு என்னு எதுவும் தருவதில்லை. "வீடு அவருடைய வீடு. பிள்ளையைப் பெற்று வளர்த்து, சி. ஏ. படிக்க வைத்து நல்ல இடத்தில் திருமணமும் செய்வித்து சௌ கடைமகனையும் திறை வேற்றியாவிட்டது. இனிமேல் ஒவ்வாக இருப்பதைத் தவிர வேறு ஒன்றுமில்லை. பிள்ளை தந்தையையும் தந்தாக்கக் கவனித்தாக வேண்டும் என்று நினைப்பவர், உலகம் கடமைகளிலிருந்து புரண்டு வருவதைப் பார்த்த சரிச்செய்தான் இருக்கிறது.

கடத்திலு் குருவிக்கூட காரம் பனியென்று முறை கூவியதுத்து வீட்டு தின்றது. செல்வித்தானை மடித்து வைத்தார், வேகாத வெயிலில் குப்பை பொறுக்கும் கிழவி கூடையைக் கமத்து செல்வது தெரிந்தது. இத்தக் கிழவி ஒரு நாளைக்கு மூன்று நாளுக்கு முறை வருவதைப் பார்த்திருக்கிறார். கூலிப் போய்விட்ட முதுகு, சாம்பல் பூத்த அறுபு தேகத்தில் புடைசை மட்டும் சத்திரிக்குப் பான், வற்றிய கச்சை உடம்பு, சிரிப் சிரிவான தேங்காய் தாரக் கூந்தலை தலை மீன் ஒரு பக்கமாக இழுத்துச் செருகிக் கொண்டையாக்கிவிருந்தான். வெற்றிலை அடக்கிப் கன்னம், மிது மிதுவென்று கைகள் தெருவிப் பிற்புற ஓரங்களிலும் அணையும். பெரிய கூட அதற்குள்ளே பிளாங்க்டிக் அப, செரட்டை, கன்ன இவைகளை வைத்துப் போடுவான்.

சத்திரமெனவி திணைத்துக் கொண்டார், இவருக்கு என்ன யாருமே இருக்க மாட்டாரா? தன் வயிற்றுப் பாட்டுக்கு இந்த வயதிலும் தானே உழைக்க வேண்டிய டட்டாமா? இதற்காக தான் முழுவதும் தெருத் தெருவாக கால் ஓடுக்கலைத்துக்குகிறாரா? குப்பைகளை எடுக்கிறாரா? இல்லை, பெண்ணோ பிள்ளையோ இவனை ஆதரிக் கத்தவாறாக இல்லையா? என்ன காரணமோ, கிழவி தெருவில் நிச்சிறான், அவருக்கு அவனைப் பார்த்த பாவமாக இருக்கும்.

உன்னே போனார், சாப்பிட உட்கார்த்தார். சமைப்ப நல்ல ரூடாக இருந்தது. கண இந்த வீட்டுக்கு வந்த புதிதில் கமாராகத் தால் சமைத்தான். இப்போது பரவா வில்லை தந்தாகவே தெர்த்துவிட்டான். வானழக்காய் பொடி பிரமாதம். சாப்பிட்டு வீட்டு அப்படி அப்படியே ஈழுவைத்து. தட்டை தேய்க்கப் போட்டு, மோனுவைத் துடைத்தார். மறுபடி வானுக்கு வந்தார்.

தடக்கும் சின்னக் குழந்தைகள் இருக்கும் வீடுகளில் குழந்தைகள் அறைமீன் உன்னிருந்து கதைவத் தாழ்போட்டுக் கொண்டு விடுமோ என்ற பயம் இல்லாமல் இருக்க, இதோ ஓர் எளிய வழி. கதலிமேல் பாக்கத்தில் இருக்கும் தாழ்ப்பாணை எப்பொழுதும் மேவே நீட்டிக் கொண்டிருக்கும்படி வைத்தால் குழந்தைகள் எல்லாம் கதவைச் சேயுமாக ஓடக் கூட முடியாது!

— சோ முனா.





இலவசம்

சேமியா-கனவரீக்க பாலேடு பாயசம் தயார் செய்வதற்கு.

மில்க்மெய்ட் கொண்டு தயாராகும் இந்த சத்தான பாலேடு
பாயசத்தை உங்கள் குடும்பத்திற்கு வெகுவிரைவில் பரிசுப்போடும்.
இவற்றை எளிதாகத் தயாரிப்பதில் உங்களுக்கு ஒரே ஆனந்தம்.

சேமியா பாயசம்

5-1 பருக்கு

சுரைக்க அளவு: 10 மில்க்மெய்ட்

தேவை :

மில்க்மெய்ட் : 1 டீயன்
பால் : 1 டீயன்
சேமியா : 50 கிராம்
உவர்த்த திரைக்காய் : 2 பெரிய மட்டும்
குத்திரிய பருப்பு : 2 பெரிய மட்டும்
சுரைக்காய் : 2 (தண்ணீர் பெற
செய்யப்பட்டது)

செய்முறை :

1. பால் நன்றாக கொதிக்க வைத்து
அதில் சேமியா, மில்க்மெய்ட்
மற்றும் சுரைக்காய் பொடியை
சேர்க்கவும்.
2. 2-3 நிமிடங்கள் வேகவிட்டு
உவர்த்த திரைக்காய் மற்றும்
குத்திரிய பருப்பை அறையில்
வைத்து வதவும்.
3. துவை பரிசுப்பை.

குத்திரிய கட்டி குவர்த்த அளவு.

சுந்தரத பால் செய்தி மில்க்மெய்ட்

இலவசம்
சுரைக்க அளவு:
சுரைக்காய் 100 கிராம்
சுரைக்காய் 100 கிராம்
சுரைக்காய் 100 கிராம்



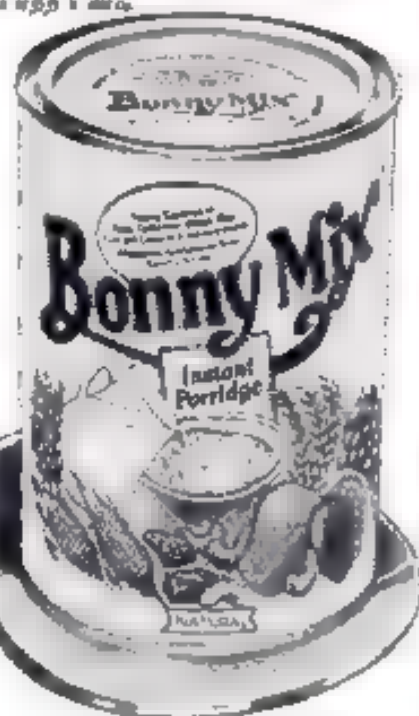
சுரைக்காய் ஒரு தரமான தயாரிப்பு

பானி மிக்ஸ்®

உடனடியாகத் துயாரிக்கக்கூடிய பாரிடீஜ்.

**தானியங்கள், பழங்கள்,
முந்திரி கலந்த ஆகாரம்.**

புலவர் பிச்சு (பாடலாறு, கோவை, அரிசு, மாம்பழம், ஆப்பிள், பேர்ப்பா, திரட்டா மற்றும் குத்திரி போன்ற கவிதைகள் பாட்டிலிருந்து எழுதித் தீர்மானிக்கப்பட்ட பரிசுத் தொகை) குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது. மாண்புமிகு பேரவைத் தலைவர் அவர்கள் அவ்வாறு குறிப்பிட்டிருப்பதைப் பற்றி அங்குள்ள புகார் அமைச்சர் அவர்கள் பதிலளித்ததைப் பற்றி அங்குள்ள உறுப்பினர் குறிப்பிட்டிருப்பது தோல்வியுற்றது என்பது அமைச்சர் அவர்கள் கருத்து.



தமிழகத்தில் தயார்
சாஸி, பிச்சை விநியோகமும்,
சாஸிதானம் தயாரித்தலும்.



கிணம் ஊர்த்தில்
தேவையுள்ள
புள்ளி கிணத்தை
சாதிக்கப்படும்.



அதோடு முன்னமே
கொதித்த பரணை
பேரவையான அனாவு
மெதுவாகச்
சேர்த்ததும்.



மீதுதலான
கிரிப் போன்ற
பாரிட்டு
ஆகாசம் போத
மெதுவான
கலக்கலம்.



கி.ஜி.கே.எஸ்.என்
முன்மொழிவு
மேலும் பதிலிட்டு
உ.ஜி.கே.எஸ்.என்
உ.ஜி.கே.எஸ்.என்
தீவிர உணர்வு
மேலும் பதிலிட்டு

பானி மிக்ஸ்[®]

Abstract



அனராமணி போல நபாய்காரனாகத் தலம் கிடப்பார்.

கிழவி தெருவில் வலப்பக்கம் மெல்ல நடந்து வந்தாள். விவரணை முதுவில் நீர்த் கோடுகளை இழந்திருந்தது. கூடைகைய இறக்கி வைத்து வேப்பமர நிழலில் நின்று நான். புடைகையத் தலைப்பால் முகம், கை, கழுத்து எல்லாம் துடைத்தாள். மறுபடி கூடைகைய எடுத்து கைய தடக்கலானாள்.

வாசலில் எத்திரமெனவி நிற்பதைப் பார்த்ததும் தலங்கி நின்றாள். "சாமி. குடிக்க கொஞ்சம் தண்ணீர்..."

அவர் உள்ளே சென்றார்.

கிழவி வராந்தாவில் நின்று. கூடைகைய வெளியில் இறக்கிவிடுத்தாள்.

பாட்டிலில் தண்ணீருடன் வந்தவர் முன் அவன் இருக்க தீட்டி நீர் ஏற்றிக் குடித்தான். முகத்தில் புதிதாக ஒரு குளிர்த்தி பரவ, பல்விலகாதவாய். சிரிப்பில்லிய அவரைப் பார்த்தான்.

"மழக்கமா வந்திருக்கி. அதான் கேட்டேன்."

தண்ணீர் கேட்பது கூட விரும்பாத தகைத்து என்று நினைக்கிறானா? இந்த வந்திய உடம்புக்குள்ளும் இவ்வளவு தன்மானமா?

ஆயா, சீழ ஒக்காரு. கொஞ்ச நேரம் கழிக்கப் போகலாம். வெயில் கொளுத்தறது. உங்க வயத்துக்குச் சோறு போட ஆளில்லியா ஆயா! ம். வரவர, பெத்த பிள்ளை ஸ்கூளுக்கு தாயும் தகப்பனும் பாரமாததான் இருக்கு. காலம் அப்படி ஆயிப் போச்சா!"

"இன்னா சொன்னே! பாரமா? அது படிக்க வசதியா இருக்கற ஒங்க வீடுங்கன்னான் அப்படி. இன்னிக்கும் ஏதாழ்க, அப்பனை ஆத்தாணை கஞ்சியோ கூறோ குடுக்காம நடுத்தெருவ விட்டதில்லையா தெரிஞ்சுக்க சாமி."

"நீயே நடுத்தெருவுல அசையற. நீ பொறுக்கற பேப்பரால மனதுக்குச் சொண்பற இருக்கக் கூடாதுன்னு தானே இதைச் செய்யறே. தெத்ததைச் சொல்லு!"

"மெய்தான். ஆனா அதுங்க என்னை வெரட்டல்வே, போய் சம்பாரச்சாணு தொரத்தல்வே. எம் மருமவ இருக்கானே..."

"தென்னச்சேன், பிள்ளை பொண்ணு. இவங்களை தம்ம கிட்ட பிரியம் காட்டாமத் தடுக்கறதே இது மருமக வேலைதான்..."

"சாமி நீ ரொம்ப அங்காரப்படறே! நான் சொல்லறதே வேற. எம்புள்ளை தக்க வேலை செய்பறான். மருமவ ஸூட்டு வேலை செய்வறா. பேரனும் பேத்தியும் இங்கு வயக்குதுங்க. காவாங்கறறிய சொத்தமா குடிசை. கூடைகையத் தூக்கினாலே மருமவ கத்துவா. நீ இத்தாத்துக்கோசறம் அசையற. என்னுடைய, ரெண்டுவேனை சோறு தான் போடறேன். கத்தாறே. அப்பன்னு



தான் சாதாரணமாக உப்பு சேடை செய் வது வழக்கம். ஆனால் அதே சேடையுடன், புளிப்பு இல்லாத தயிரை, காளையடுகையே ஒரு துணிவில் முட்டை போல் கட்டி தண்ணீர் முருகுவதும் வற்றியுடன் மாணவ லில் அந்த முட்டையை அவிழ்த்து அந்த தயிரை மாவுடன் கலந்து பிசைத்து சேடை களாக எருட்டி ஒரு மணி நேரம் கழித்து வெத்து எடுக்கன். மிகவும் கரகரப்பாக அதே சமயம் குகியுள்ளதும் கூட.

- வெய்யுள்.

நானும் பதிலுக்குக் கத்துவேன். "கவடி காலும் தெம்பா இருக்கறவரை இந்தக் கட்டை ஒழைக்கதான் செய்யும். முடியாமல் போன சீழே சாயும். அன்னிக்கு ஒன் உப சாத்ததை வெச்சுக்கிறது, சாமி. ஒழைக்கற கட்டை இது. பாருக்கு ஒழைக்கறோம். கெடைக்கற பணத்தைப் புண்ணங்களுக்கு நோட்டு வாங்குவேன். பென்சில் வாங்கு வேன். மருமவளுக்கு ஒரு சேலை கூட வாங்கித் தந்திருக்கேன். அப்பல்லாம் எனக்கு எங் வளவு சந்தோசமா இருக்கும் தெரியுமா, அவங்களுக்கும் சந்தோசம்தான்."

இதெல்லாவும் என்ச் சாமி. தலைவலா கொண்டு போகப்போறோம். இருக்கற வரை 'அம்மா, ஆயி'னு பிரியமா இருந்தா. போனா ரெண்டு சொட்டு தண்ணீர் விரும். இவ்வேன்னா "செழை எப்படா சாவான்னு தொணும். சாமி, என்ன அப்படிப் பாக்கிறங்க?" ஓரொருத்தி ஊருக்கே ஒழைக் கறாங்க. நான் என் கட்டுக்குத் தானே ஒழைக்கறேன்!"

ஆயா. இரு . எத்திரமெனவி உள்ளே போனவர் வேகமாக வந்தார். எம்பெரைச் சொல்லி, வெத்தவை போட்டுக்க."

"எதுங்க சாமி." என்று மறுத்துவிட்டு பிறகு சந்தோஷத்தோடு வாங்கிக் கொன் டான்.

தெனவச் சாத்தி விட்டு உள்ளே சென்றார். மெனது யூராயினிருந்து பால் காரீடை எடுத்தார். பிரோவினிருந்து பணத்தை எடுத்தார். அவரைமாக விட்டைப் பூட்டிக் கொண்டு பால் பூத்தை நோக்கி நடக்க ஆரம்பித்தார்.

ஸ்திரீகலிவ வாக்கினென்.

ஸபையே போடணை.

காகபோன இடம் தெரியலே."

ஒரு பழைய தமிழ் படத்தின் பாடல் ஒன்று நினைவுக்கு வருகிறது. இன்றைய வாழ்க்கையில் பணத்தின் நிலைம இதுதான். ஒருவர் சம்பாதித்தாலும் போதவில்லை. இருவர் சம்பாதித்தாலும் போதவில்லை.

கைவிலே சம்பளம் வாக்கிட்டு வரது தான் தெரியுது..... அடுத்த நியிஷம் எப்படி செய்வாதுதான்ன தெரியலே... பத்து தேதிக்கு எல்லாம் அடுத்த சம்பளம் எப்ப வரும்னு காத்துக் கொண்டிருக்க வேண்டிய பற்றாக்குறை வந்திருது... என்ன செய்யற துன்ன தெரியலே."

பல குடும்பங்களிலும் இருந்து காழில் விழும் பேசுக்கள்தான் இவை.

ஆமாம்! இந்தப் புணம் எங்கே போகிறது என்று தேடிப் பாசுப்போமா?



ஆடம்பரம் அதிகரித்துவிட்டது:

கமார் இருபத்தி ஐந்து முப்பது வருடங் களுக்கு முன்பு வருமானத்திற்குத் தகுந்த வாழ்க்கைத்தரம் இருந்தது. வருமானத்தைப் பெருக்கிக் கொள்ள முடியாதவர்கள், உள்ள வாழ்க்கைத்தரத்தில் வாழ்ந்துக் கொண்டிருந்தார்கள். போனியான வாழ்க் கைத்தரத்தில் வாழ் விரும்பவில்லை. இப் போது வருமானம் தகுந்த அளவு இருக் கிறதோ இல்லையோ மிக உயர்ந்த வாழ்க் கைத்தரம் வேண்டும் என்று காட்டிக் கொள்ள வேண்டும் என்ற போலிக் கெள ரவம் இவரு வேகமாக ஐனங்களிடையே பரவி வருகிறது.

சாதாரண நடுத்தரக் குடும்பங்கள், தங்களால் முடியுமோ முடியாதோ உயர் தரக் குடும்பங்களின் தரத்தில் வாழ முயற் சிக்கின்றன.

அதன் விளைவே கடவு், எங்கும் கடன்.

எதற்கும் கடன்.

ஆயிரக் பிராவிடண்ட் புண்டு லோன். கொளசடி லோன். தவணை முறை வீற் பணக்கடன். எல்லாம் போகக் கையில் வருவது மொத்த சம்பளத்தில் கால் பகுதி கூட இருப்பதில்லை.

விட்டுக்கு அந்தக் கால் பகுதியைக் கொண்டு வந்தால் மளிகைக் கடை கடன், துணிக்கடை கடன், கைமாத்துக் கடன் இன்னும் பல கடன்கள். 'என் கடன், கடன்' இருப்பிக் கொடுப்பதே என்று பாட வேண் டிய நிலைமை.

"தீ சம்பாதிக்கிற பணத்தை என்னவ செய்பதே" என்று யாராவது ப்ரண்டி் கேட் டாய், "நாங்க வாங்கின கவர் டிஸ்கிக்குப் பணம் அடைச்செட்டு இருக்கேன்" அல்லது "அவரோட ஸ்கூட்டருக்குக் கடனை திருப்பி அடைச்செட்டு இருக்கேன்" என்ற பதில் வருமே தவிர, "என் பணத்தை நான் சேமித்து வைத்துக் கொண்டிருக்கிறேன்" என்று பதில் சொல்லும் பெண்கள் மிக



மிகக் குறைவு.

எல்லாவற்றையும் உடனேயே வாய்க்க அபசரம். அபசரம்....

மாதச்சம்பளத்தில் பெரும் பகுதி இத் தனாகப் செலவுக்குப் போகிறது.

இவ்வாறானவ ஒத்துக் கொள்ளாத வாழ்க்கை:

"அம்மா, நாலாம் தம்பர் திரிமலையுக்கு இன்னிக்கு பர்த்டே. அவங்க அம்மா ருத் துறு ருபாய்க்கு குடிதார் வாங்கிக் கொடுத்து இருக்காங்க. எனக்கும் வாங்கிக் கொடும்மா."

அம்மாக்காரி அப்பாவிடம் சொல்லி ரிபாரிக் செய்ய, அப்பா சம்மதித்தால் சரி. இவ்வாவிட்டால் எப்போதுவது உடன் வாங்கிவரவது தனது மகளில் ஆசையை திறை வேற்றுமையோடு தவிர, அன்றைய காலத்துப் பெற்றோர்களைப் போல வசதி இல்லாவிட்டால், "தங்கு அதுக்கெல்லாம் வசதி இல்லை..." என்று தங்களை இவ்வாறானவ ஒத்துக் கொள்ள இன்றைய காலத்துப் பெற்றோர்கள் தவறாக இல்லை.

தாங்கள் நடுத்தர வர்க்கத்தைச் சேர்ந்தவர்களாக இருந்தாலும் தங்களை குழந்தைகளின் கண்ணோட்டத்தில் தாங்கள் பணக் காரர்களையப் போன்றே தோன்ற வேண்டும் என்று நினைக்கிறார்கள். இந்தத் தவறான மனோ பாவத்தின் காரணமாக பெற்றோர்களின் உண்மையான வருமான நிலைமை குழந்தைகளுக்குத் தெரிவதில்லை. அதனால் அவர்களுடைய அடுக்கடுக்கான தேவைகள் - பலவும் தேவைபற்றது - தவிரக்க முடித

தது - வந்து கொண்டு இருக்கின்றன. ஒரு நடவடிக்கை பணக்கார வேலும் போட்டால் அந்த வேலத்தில் தொடர்ந்து நடித்துக் கொண்டுதான் இருக்க வேண்டும். உடல் பெருகிறது. கவலை வருகிறது. உடன்கள் பெருகுவதற்கு 'பொட்டி சிஸ்ட' வாங்கிக் குழையும் ஒரு காரணம்.

போட்டி மனப்பான்மை அதிக அளவில் வருகிறது. ஒரு வீட்டில் ஒன்றுவாங்கினால் அந்தச் செய்தி மிக விரைவாக எல்லா பண்டிடுக்களுக்கும் பரவி அந்தந்த குடும்பங்களில் திரித் தேவைகள் தோக்கின்றன. ஒரு பண்டிடில் ஒரு பர்த்தே பார்த்தி கொடுத்தால் அந்தவிட ஆடம்பரமாக இக் கொடு பண்டிடில் பர்த்தே பார்த்தி கொடுக்கப்படுகிறது.

வாசி வீட்டு பர்த்தே பார்த்தி தவறாக இருந்தது என்ற கேள்விக்கு முதல் மாரிக் வாங்க வேண்டும் என்று பலரும் போட்டிப் போடுகின்றனர்.

வினைவு - செலவு.

அந்தக் காலனிலேயே வாழ்க்கைத் தரத்தில் உயர்ந்தவர்களாகக் காட்டிக் கொள்வதற்காகவே பலரும் பணப் பொருட் களையும் வாங்குகின்றனர்.

குடிப் பழக்கம்:

பல குடும்பங்களிலும் குடிப்பழக்கம் அதிகரித்து விட்டது. ஆயில் வீட்டு வீட்டுக்கு வந்தால் நம்பிக்கையோடு சேர்த்து குடிக்கும் கணவர்கள் பல குடும்பங்களிலும் அதிகரித்து வருகின்றனர்.

மாதத்திற்கு எப்போதோ ஒரு முறை என்ஜினுக் பழக்கம், வாரத்திற்கு ஒரு முறை





வாதி பிறகு தற்சமயம் தினசரி பழக்கமாக பல குடும்பங்களிலும் இருந்து வருகிறது.

ஷாப்பிங் பழக்கம்:

வீட்டில் உள்ள ஆண் இப்படி என்னால் ஷாப்பிங் பேரகிறேன் என்ற பேரில் வீட்டில் உள்ள பல பெண்களும் கடைக்கு அனாவசியமாகச் சென்று தேவையில்லாத பல பொருட்களையும் வாங்கி வந்து கொஞ்ச நாளில் அவை உபயோகமற்றதென்று தூக்கி எறிவிக்கிறார்.

“கடைக்குப் போன போது நான் குபாய் எடுத்துவிட்டுப் போனேன். வீட்டுக்கு வந்து பரிசைப் பார்த்தால் எல்லாம் காசி, அங்கே பார்த்தபோது வாங்கினால் தோணிக்க.... வீட்டுக்கு வந்த பிறகு வாங்கி இருக்க வேண்டிய அளவிலையவை பென்று தோணுகு.”

பல குடும்பப் பெண்களும் சொல்வது ஊதில் விடுகிறதே!

மாடர்ன் தாய்மார்கள்:

வீட்டில் டிபன் செய்ய வேண்டுமா? இங்கு டன்ட் தயாரிப்புகளை வாங்கு. குழந்தைக்கு ஸூட் கொடுக்க வேண்டுமா?

கடைகளில் பாக்கெட்டுகளில் அடைத்து வைக்கும் ஸூட்டுகளை வாங்கி அத்தத்த நேரத்திற்குக் கொடுத்து விடுகின்றனர்.

இதனால் ஏற்படும் செலவு ஒரு பக்கம் இருக்க, அதற்கு உண்மையான பணம் இருக்குமா என்பது ஒரு கேள்வி குறி!

பல குழந்தைகளுக்கும் அவர்ஜி ஏற்படுவதன் காரணம் இது போன்ற பாக்கெட்டுகளில் விற்கப்படும் பழக்காறு (!) கைச் சேர்க்கப்படும் பிரிலிங்கெய்ட்ஸ் கள் ஒத்துக்

கொள்ளாததே.

இசெடிட் காசுடு:

கையில் பணமே இல்லாமல் செலவு செய்ய வாதினைத் தருவது இசெடிட் காசுடு. பாங்குகள் புதியதாக அறிமுகப் படுத்தி வரும் திட்டம் இது. எதிர்பாராத சந்தர்ப்பங்களில் இதைத் திட்டம் கை கொடுத்து உதவுவது உண்மையான என்னாலும் மனக்கட்டுப் பாடு இல்லாதவர்கள் இம்முறையினால் அனாவசிய செலவு செய்து வீட்டுப் பிறகு அவதூறுதல் படுகிறார்கள்.

இந்தைய வாழ்க்கை முறை எதற்கு வார் எதைக் கையில் கொடுத்தாலும், அது தேவையோ இல்லையோ அதை வாங்கு என்விற முறையில் போய்க் கொண்டிருக்கிறது. இந்த வாழ்க்கை முறை சரியா?

இந்த முறை மாறி, நம்முடைய வருமானம் என்ன? நாம் எவ்வளவு கடன் வாங்க தகுதியுண்டு? வாங்க நினைக்கும் பொருள் அவசியமா? செய்ய நினைக்கும் காரியத்தை இன்னும் சிக்கனமாக செய்ய முடியுமா? எதிர் காலத்திற்காக சேமிக்க வேண்டாமா? எவ்நெய்லாம் சித்தித்து செலவு செய்யாவிட்டால்,

“எங்கே தேடுவேன் - பணத்தை எங்கே தேடுவேன்.”

என்று பணம் திரைப்படத்தில் என். எஸ். கிருஷ்ணன் பாடிவது போல பாடிக் கொண்டிருக்க வேண்டியதுதான். குடும்பச் செயலகக் கட்டுப் படுத்துவதில் ஆண் கணக்காப்படினும் பெண்களுக்கு பொறுப்பு அதிகம்.

— கமலநாதன்.

நிகரற்ற நிறைவு

பாம்பே டையிங்
பள்ளிச்சீருடைகள்

'90-ன் சிறப்பு



- திசு நுண்மம்
- அளியெண்ணெய்
- துணிவற்ற அளியெண்ணெய்
- விவசாயத்தின் அளியெண்ணெய்
- எண்ணெய் பருவத்தின்.
- துணிவற்றத்தின்
- சந்திரன், திசு
- தாதுத்தி உத்தரவு

கொள்வன, திசுத்தி மற்றும்
பாம்பேட்டைத்தின் 120-க்கு
கொள்வன, கொள்வனத்தின் 120-க்கு
கொள்வன, அளியெண்ணெய்
கொள்வனத்தின் கொள்வன.

Marked by :
பாம்பேட்டைத்தின் கொள்வனத்தின்
கொள்வனத்தின் 12 & கொள்வனத்தின் 12.

Marked by : The Federal Bank Ltd.

பாம்பே டையிங்



இன்று காலையில் பிப்தான் பிரபலம். குடும்பத்துடன் காலையில் ரெஸ்டாரென்ட் சென்று சேர்வது சகஜம். சிலையைப் பார்த்தால் தான் ஷாக் அடிக்கும். தூறு. இருவரும் என்ன செய்வது செய்தும் வரிறு திரும்பச் சாப்பிட்டிருப்பது இருக்காது. இங்கு எல்லா வயதிலுள்ளும் உண்ணும் கவ்வயான காலையில் டிஷ் கொடுக்கப்பட்டுள்ளது.

காலில் பிப்தான் காலம்

காலில் மெல்லியதாக தீவமாக நறுக்கிய தூள் - 1 கப்.

முட்டை கோல் தீவமாக நறுக்கிய தூள் - 1 கப்.

குடயினாகல் தீவமாக நறுக்கிய தூள் - 1/2 கப்.

பீன்ஸ் மெல்லியதாக தீவமாக நறுக்கிய தூள் - 1 கப்.



செலிக் - தாவரிக்

மோலா பீன் சால் - 1 டேபிள் ஸ்பூன்.
அஜினோ மோடோ - 1 டீஸ்பூன்.
மின்குப்பொடி - 1/2 டீஸ்பூன்.
சில்லி சால் - 1 டேபிள் ஸ்பூன்.
தக்காளி சால் - 1 டேபிள் ஸ்பூன்.
மிக்சி சிறியதாக நறுக்கிய பச்சை மிளகாய் - 3-3 டேபிள் ஸ்பூன்.
எண்ணெய் - 8 டேபிள் ஸ்பூன்.
உப்பு - தேவைக்கு ஏற்றவடி.

செய்முறை:

தீவமாக நறுக்கிய காய்கறிக் தூளைப் பாத்திரத்தில் (6 ல்) தாராளமாகத் தன்

லீர் வைத்துக் கொடுத்த பீன் போடவும். அரை வேக்காடு வெந்தபின் இறக்கி வடிவியலோ அல்லது சிப்பியிலோ கொட்டவும். வடித்த தண்ணீரை (இதை ஸ்டாக் என்று கூறுவார்கள்) கொட்டி விடாதீர்கள். இதை மன்கூர்வாவிற்கு உபயோகிக்கலாம். வானவில் எண்ணெய்விட்டுத் குடான பீன் நறுக்கிய பச்சை மிளகாய்த் தூளைப் போட்டுக் கொஞ்சம் வதக்கியபின் (தண்ணீர் இல்லாமல்) வேக வைத்த கறிகாயைப் போடவும். இரண்டு நிமிடங்களுக்குப் பின் சேவித்துக் கூறிய சாஸ்களுக்கு உப்பு, மின்குப் பொடி, அஜினோ மோடோ போடவும். இதை சிம்மில் பத்து நிமிடம் மூடி வதக்கவும். நன்கு வெந்தபின் எல்லாம் ஒன்றாகக் கலந்து எடுக்கவும். இந்தக் கவவையில் தண்ணீர் இருக்கக் கூடாது.

3 ல் பச்சைமிளகாய் மிதமாகத் தீர் வைத்து உதிராக வடிக்கவும். கறிகாய்க் கவவையைப் சாத்தியுடன் சேர்த்துக் கலக்கவும். தேவைப்பட்டால் கொஞ்சம் உப்புத்துணைச் சேர்க்கலாம். இதுவே 'பிப்தான் காலம்'.

இதனைத் தக்காளி சால், கிரீனிக்,



மின்குப் பொடியுடன் பரிமாறவும்.

இதற்கு ஏற்ற கடை யில் வெஜிடபிள் மன்கூர்வா,

வெஜிடபிள் மன்கூர்வா இன் பிரேமி

தேவையான பொருட்கள்:

காரட் - 3,
காலிபிப்பாவர் - 1 மீடியம்,
வெக்காயம் - பெரியது 1,
குடயினாகாய் - 3 மீடியம்,
முட்டை கோல் - 100 கிராம்.

செலிக்

தேவையான பொருட்கள்:

அஜினோ மோடோ - 1 டீஸ்பூன்.
சில்லி சால் - 1 டேபிள் ஸ்பூன்.
தக்காளி சால் - 1 டேபிள் ஸ்பூன்.
பூண்டு விழுது - 1 டீஸ்பூன்.

இஞ்சி விழுது - 1 டீஸ்பூன்.
பச்சை மிளகாய் விழுது - 1 டீஸ்பூன்.

செய்முறை:

எல்லாக் காய்கறிகளையும் மிகச் சிறிய தாசு நறுக்கவும். காரட், கோஸ், இரண்டையும் துருவிச் கொள்ளவும். தண்ணீரைக் கொதிக்க வைத்துக் கறிகாய்களை அதில் போட்டு நன்கு வேக வைக்கவும். கறிகாய் வெந்தபின் வடிகட்டியில் கொட்டித் தண்ணீரை எடுக்கவும். இந்தத் தண்ணீரையும் கொட்டாமல் எடுத்து வைக்கவும். வெந்த கறிகாய்களை நன்கு பிசையவும். இதில் நறுக்கிய வெங்காயம், உப்பு ஒரு சிட்டிகை சோடா, மேற்கூறிய சீசனில் ஆறு பொருட் களையும் போட்டு ஒன்று சேர்த்துக் கலக்கவும். 4 ஸ்பூன் அளவானவை எடுத்துக் கொண்டு அதில் ஒரு சிட்டிகை பேசிங் பெளடர் போட்டுக் கொஞ்சம் தண்ணீர் விட்டுக் கெட்டியாக பஜ்ஜி் மாவு போல்

செய்முறை:

வாணையில் 4 ஸ்பூன் எண்ணெய்விட்டுத் துடன பின் பூண்டு, இஞ்சி, பச்சை மிளகாய், வெங்காய விழுதைப் போட்டு நல்ல வாகனை வரும் வரை வதக்கவும். ஒரு பாத் திரத்தில் வெஜிடபிள் ஸ்டாக்கைக் கொட்டி, வதக்கிய பூண்டு ஆறிய கவனவசைப் போட்டு, எல்லா சாஸ்கள், வினிகர், அஜினோ மோடோ, உப்புத்தூள் ஆறியவ போட்டுக் கொதிக்க விடவும். இரண்டு நிமிடம் தன்கு கொதித்த பின் கெட்டியாவதற்கு மாவு விடவும். ஒரு பாத்திரத்தில் 2 டேபிள் ஸ்பூன் கார்ப்ஸ்போரைட் பச்சைத் தண்ணீர் வரைத்துக் கிரேவிடில் விடவும். ஐந்து நிமிடங்களில் இது கெட்டியானவுடன் மண் சூரியாவை இதில் போட்டு ஒரு கொதி வந்தவுடன் இறக்கவும். கொத்துமல்லி தூசி, தக்காளி சாஸ் இவற்றை மேலாகப் போட்டுப் பரிமாறவும்.

இது 'பிப்ரரட்' ராஸூடன் மிகவும் ருசி



கரைக்கவும். கறிகாய்க் கவனவசை உருண் டையாக உருட்டி அமதா மாலில் வேசாகத் துடன பின் மாலில் புரட்டிய உருண்டை களைப் போட்டு நன்கு வெத்தபின் எடுக்கவும். பொரித்த மண்சூரியாவை எடுத்து வைக்கவும்.

கிரேவிட்குத் தேவைவான பொருட்கள்:

கறிகாய் வெந்த தண்ணீர் (ஸ்டாக்) - 7 டீப் பச்சை மிளகாய் விழுது - 2 டேபிள் ஸ்பூன்.

இஞ்சி விழுது - 2 டேபிள் ஸ்பூன்.
பூண்டு விழுது - 2 டேபிள் ஸ்பூன்.
1 பெரிய வெங்காயத்தை அரைத்த விழுது.
சில்லி சாஸ் - 1 டேபிள் ஸ்பூன்.
வினிகர் - 2 டீஸ்பூன்.
சோயா பின்ஸ் சாஸ் - 1 டீஸ்பூன்.
தக்காளி சாஸ் - 1 டீஸ்பூன்.
அஜினோ மோடோ - 1 டீஸ்பூன்.
உப்பு - தேவைவான அளவு.

வாக இருக்கும்.

இதைத் தவிர செய்யும் பொழுது சில குறிப்புக்களைக் கவனத்தில் கொண்டால் இந்த இரண்டு டிஷ்களையும் சுமார் ஒரு மணி நேரத்திலே தவிர செய்ய விடலாம். இஞ்சி, பூண்டு, பச்சை மிளகாய் விழுதை மண்சூரியாவிற்கும் கிரேவிடாவிற்கும் ஒன்றாகவே அரைத்துக் கொண்டு தனித்தனியாக பிசைட்டில் வைத்துக் கொள்ளுங்கள். இதனால் இரண்டு முறை அரைக்கும் வேலை மிகச் சம். கறிகாய்களை முன்நின்ம் இரவே நறுக்கி, துருவி வைத்துக் கொள்ளுங்கள். இஞ்சி, பூண்டு விரும்பாதவர்கள் சிவ்ஸி கார்டிக் ராஸூடன் செய்யலாம். கசனீஸ் உணவு மிகவும் எளிதாக செரிக்கும். இந்த வகைகள் ருடு ஆறிய பிள்ளும் ருசியாக இருக்கும்.

— ரம்மா நெகன்னாதன்.

ஹா!
குதூகலமான குழந்தை



100%
காட்டன்



Tynecare®
NAPPIES

குழந்தைப் பருத்தி நுலமான ஈரப்பதிகள் (குழந்தை
கஞ்சாணை). தவறாதவை சிறந்த பாதுகாப்பளிப்பவை.
புதிதான பிறந்த குழந்தைகளுக்காகவே சிறப்பாகத்
தயாரிக்கப்பட்டவை.

டைனிகர் தரப்பி-தரப்பிமாருக்கும்
குழந்தைகளுக்கும் மிகிழ்வுட்டுபவை

உங்கள் குழந்தை தயாரிப்புகள்

சுகிதா இண்டஸ்ட்ரீஸ், பெங்களூர்-560 002





பிகா' (PICA) எனும் தோண்டிப் பறிக் கேள்விப்பட்டிருக்கிறீர்களா? கேள்விப்பட்டிருக்கிறீர்களோ, இன்னவையோ பிகாவாகப் பாதிக்கப்பட்ட குழந்தைகளைப் பார்த்திருப்பீர்கள். "கண் பார்த்ததைக் கை செய்வ வேண்டும்" என்று கறுகறுப்பாக இருக்க வேண்டியதன் அவசியத்தைக் கறுவார்கள், அப்படிக் கறுவதை விசீதமாகப் பொதுக் கொண்டால் அதுதான் 'பிகா'.

சில குழந்தைகள் மனம், கனிமம், சிறு கற்கள், பெயின்ட், அழுக்கு, சேறு ஆகிய வற்றைச் சாப்பிடுவதை நீங்கள் பார்த்திருப்பீர்கள். இம்மாடுகிப் பொருட்களைப் பார்த்தவுடன் அவற்றைச் சாப்பிட வேண்டும் என்ற உணர்வு தோன்றி அப்படிச் சாப்பிடுவது விட முடியாத பழக்கமாகி விடலாம். இந்த விவாதிமை ஆங்கிலத்தில் பிகா என்று கறுவாடுமெற்கண்டது போன்ற சத்தியலாத தகாத பொருள்களைத் தொடர்ந்து (கமார் ஒரு மாதமாவது) சாப்பிட்டு வருபவர்கள் இந்த விவாதியால் அவதிப்படுபவர்களாக இருப்பார்கள் என்று அமெரிக்க மனநல மருத்துவக் கழகம் கறுகிறது.

பிகா பொதுவாக உலகின் பல பாகம்

களிலும் காணப்படுகிறது. முக்கியமாகக் குழந்தைகளிடத்தில் இது அதிகமாக ஏற்படுகிறது.

குழந்தைகள் ஒரு வயதை அடையும்போது எதையாவது மெல்லியோ, கடிக்கவோ வேண்டும் என்று நினைக்கின்றனர். அந்த உணர்வு வேகமாக வளர்ந்து குழந்தை தன் கைக்குக் கிடைத்ததை யெல்லாம் உண்ணத் தொடங்குகிறது.

தனது வளர்ச்சியடைந்த மனிதர்களிடையேயும் பற்களுக்கு தற்றாக வேண்டும் கொடுக்க வேண்டும் என்ற எண்ணம் நிலவுவதுண்டு. உதாரணமாக எல்கிபெமாக்ளிடம் உடல் விலங்குகளின் தடித்த கொழுப்புப் பகுதியை மெல்லும் பழக்கமும், மெக்ஸிகோ இனத்தவரீடம் 'ஹபாயீன்ஸ்' என்ற கறுதியான வறுத்த பொருளைக் கடிக்கும் பழக்கமும் காணப்படுகிறது. மனம், பெயின்ட் போன்றவற்றைச் சிறிய அளவில் அல்லப் போது சாப்பிடுவதால் நேரும் விளைவுகள் பயங்கரமானதாக இருக்கலாம்.

1. சமீப சேர்க்கப்பட்ட பெயின்ட்டைச் சாப்பிடும் குழந்தைகளின் தரம்பு செல் களின் வளர்ச்சி கடுமையாகப் பாதிக்கப்

படுகிறது. முதுகுந்தண்டு பாதிக்கப்படுவதுடன் மூளை வளர்ச்சி குன்றலாம். சந்த வளர்ச்சி தொய்வடைவதால் பாரிசுவாய் ஏற்பட வாய்ப்புள்ளது.

2. மண்ணில் பல பூச்சிகளும் அவற்றின் முட்டைகளும் கலந்திருப்பதால் இவை சம்பந்தமான ஜீரணப் பிரச்சனைகள் ஏற்படும்.

3. மயக்கம், பசியின்மை, உடல் சோர்வு ஆகியவை அடிக்கடி ஏற்படும்.

4. தலைமுடி, கற்கள் ஆகியவை கலிற் றுக்கும் சென்றவுடன் சிறுதடலில் தங்கி விடுகின்றன. இதனால் மற்ற பொருட்களுக் கும் இடைஞ்சல் ஏற்படுவதுடன் அடிவலித்தில் தாங்க முடியாத வலி, பசி யின்மை ஆகியவை ஏற்படுகின்றன.

தாய்க்கும் சேய்க்கும் உள்ள உறவு போது மான நெருக்கமாக இல்லாதது உடல் குழற் றைகளிடம் இப்பழக்கம் வேறன்றக் காரண மாகச் சொல்லப்படுகிறது. தனக்குத் தேவை யானவை கிடைக்காமையால் குழந்தைகள் சாப்பிடக் கூடாத பொருட்களை நாடு கின்றன. தாயின் அதிக அளவு சோகம் அல்லது எதிர்பார்ப்புக்கள், தேவைக்கு

அதிகமான மற்றவர்களைச் சார்ந்திருத்தல் இவை கூட இத்யோய்க்குக் காரணமாக லாம்.

இந்த நோயை எப்படி தீக்குவது? சுற்றுப் புறத்தை மாற்றும், தடத்தைவில் சில மாற் றங்கள், குடும்ப ஆயோசனை ஆகியவை பலனளிக்கும். இரும்புச் சத்துக் குறை வாக உள்ள பிராநோ தண்டவர்களுக்கு 'பொல் - சல்பேட்' மாத்திரைகள் கொடுக் கப்பட வேண்டும்.

மருத்துவர்கள், நோயாளிகளின் நடவ டிக்கைகளில் பல மாற்றங்களை உண்டாக்கும் சிசிச்சை முறை நல்ல பலனளித்திருது என்று கருதுகின்றனர். மிதமான அளவு மிச்சாரத்தை உடலில் செலுத்துதல், காலுக்கு இனிமை தராத சப்தங்கள், வாந்தி பெடுக்கத் தூண்டும் மருத்துகள் ஆகியவை சிறந்த பலனை அளிக்கின்றன. ஆனால் இவற்றையெல்லாம்விட, பெற்றோர் அடிக்க குழந்தைகளிடம் தனிச் கவனம் செலுத்து வது, நல்ல பழக்க வழக்கங்கள் கொண்ட குழந்தைகளுடன் அவர்களைப் பழக விடு வது, சமூகத்தில் உரிம இடம் கொடுப்பது, பாராட்டுச் சொற்கள் ஆகியவற்றின் மூலம் ஏற்படும் மனமாற்றத்தை வெகுவானதாக இருத்தாலும் நல்லது; நிலையானது.

— ஜி. எஸ். எஸ்.

சிறிய வயதிலிருந்தே சித்திய வரை வதில் எனக்கு சிக் விட்டபடி உண்டு. வீட்டில் ஏற்கெனவே, என் குக்கை சோ தரிகள் இக்கலையில் ஓரளவு தேர்ச்சி பெற்றிருந்தனர். பள்ளியில் ஆரவது வகுப்பில் இருக்கும் போதே ஆர்ட் டிஸ்ட் வரிதா எனப் போவாருவிலிருந் தேன். முறைபாடுகளின்படி கற்றுக்கொள் பட்டேன். பல்வேறு தேர்வுகளில் பணி பெற்று பாற்றியிருந்த தற்போது எ. வி. க்கும், தனியார் துறைக்கும் ஓவியம் வரைத்து கொடுக்கிறேன். தமிழ்ப் பத்திரிகை கலகிப் பெண் ஓவியர்கள் இவ்வை எனச் சொல்வது நல்லது.

— வரிதா இயாகராஜன்.



நானும் சிறு வண்ண ஓவியங்கள்!

பனிமுட்டம்

-சங்கராப்பன்

பீஸ் வளையில் நிகும்பும்போதே அங்கிருந்து பார்க்கப்போது, அந்த மஞ்சள் கட்டிடம் தெரிந்தது மேரிக்கு. அவளின் ஒரு பெலுப்பு மூண்டது. "கருணை இல்லை" என்ற கொட்டையெழுத்து போர்ட் அவளை வளைத்தது. பஸ் நின்று.

"இறங்கு மேரி... என்னை யோசனை, வீடு வந்தாச்சு..." என்ற மதர் ரோலி காய்கறிப் பைவைத் தூக்கிப்படி இதழ்க் ஆவந்தமா ளாள். இறங்குகிற கட்டிடம் அநிகரித்த படியால் சடக்கென்று இறங்கமுடிவனில்லை. தாவணியைச் சரி பண்ணிக் கொண்டு மேரி ஓயர் கூடையுடன் மதர் பிள்ளைகள் சென் றாள். "வீடு வந்துவிட்டது..." என்று மதர் சொல்கிறாள். வீடு... இதுவா வீடு... அனாதை இல்லம். அம்மா இல்லம், அப்பா இல்லை - அதனால் அன்பான வீடில்லைய, கவனிப்பில்லை, யாரோ ஒரு ம த ரி ன் கருணையை மட்டுமே பெறும் தகுதியுடன், சை வெளிப்பாடு எதையும் காட்டமுடி யாமல், இப்படி ஆடுக்குட்டியாய் வாழ்ந்து கொண்டு... அவளையும் அறியாமல் கேவல் வெளிப்பட்டு விடுகிறது.

"மேரி... என்னாக்க உனக்கு?"

மதர் ரோலி கவனவயுடன் கேட்டாள். "என்மேல் அன்பு கொடுத்த அம்மா வேண்டும், அப்பா வேண்டும்... உங்களுடைய தரமுடியுமா மதர்?" என்று கத்த வேண்டும் போல் மேரி உணர்ந்தாள். ஆனால் அப்படி கத்திவிட முடியாது. அது ரோலியைக் காப்பப்படுத்தும், பிறந்து ஒரே வாரமான அவளை நெஞ்சிலும் தோளிலும் சிராட்டி வளர்த்த ரோலி, இது கேட்டால் வழுத்த முடல் மனம் கொண்டு பேர்வார.

"என்ன மேரி... உடம்பு சரியில்லையா?"

"கம்மாதான் வேசா உடல் கடற மாநிரி இருக்கு..."

அப்பவே சொல்லிவிருந்தா... இரண்டு மெட்டாசின் வாங்கிவிடுக்கலாமில்லே.

"எழுத்தவுடனே தலைக்குக் குளிக்கிறே, அதான் உனக்கு ஒத்துகிறதில்லை..."

மேரி தன்னை சேகரம் பண்ணிக் கொண்டாள்.

"சரியாகிடும்தர்..." என்று புன்னகைத் தாள். அந்தப் புன்னகை ரோலியை சமா தானப்படுத்திற்று.

"சரி... மதர் கப்பிரியர் கிட்டே போய் கணக்கு ஒப்பனாடக்கூடு மேரி. நான் வகுப்பு நடத்தப் போறேன். நேரமிருந்தா காயல் காலம் யா..."

ரோலி பணத்தையும் காய்கறிக் கூடை வையும் மேரிவிடம் ஒப்பனாட்டுத்துவிட்டு வேக வேகமாக பத்து வயதுவரை உள்ள பிள்ளை களுக்குப் பாடம் நடத்தப் போனாள்.

மேரி கூடை களைச் சுமந்தபடி மதர் கப் பிரியர் லும் தோக்கிப் போனாள். விரல் முட்டியால் தட்டி அனுமதி கேட்டாள். கிடைத்தது. புன்னகையுடன் உள்ளே நுழைந்தாள். மதர் கப்பிரியர் தீனே தேபிள் முன் அமர்ந்திருந்தார். பெரிய லைட்டர் ஒன்றை வைத்துக் கொண்டு கணக்குப் பார்க்கும் கொண்டிருந்தார். இவனைப் பார்க்கும் நதும்பும் சிரிப்பு ஒன்றைப் படரவிட்டார்.

"வாட் னை சைக்ட்?"

"ஹாண்டிக் ராப்ச்டீட்டிலே எங்களுடைய கைவேலைகளை போய்க் கொடுத்தோம். அவங்களுக்கு ரொம்பப் பிடிச்சிருக்கு. மேலும் சில ஆர்டர்கள் கொடுத்திருக் காங்க..."

"வெரி குட்... உன்னுடைய தாஜ்மஹால் என்னை வினை போயிற்று மேரி?"

"முன்னாறு ரூபாய்க்கு எடுத்துக் கொண்டார்கள் மேடம்." அவனைக்கிற பெரு மிதப் பாச்சையால் அவனைப் பார்க்கிற மதர் கப்பிரியர், காலியான வெலும் இன்றொக்கஷன் பாட்டிலுக்களால் செவ்வப் பட்ட தாஜ்மஹால் அது. விற்ப பொருட் களுக்கான பணத்தைக் கணக்குப் பார்க்கு

ஒப்படைத்தாள் மேரி. மதர் மணியடிக்க, வந்த ஒரு பெண்மணியிடம் காய்கறிக் கூடை வையும் மலினாகச் சாமான் திறைந்த ஓயர் பைபைவும் ஒப்புவித்தாள்.

"வரேன் மேடம்..."

"எஸ் ஹை கைஸ்ட்... இப் என்ன் லெரர்க் உனக்கு?..."

"ஜூனியர் பெண்களுக்குத் தையல் வகுப்பு எடுக்கறேன் மேடம்..."

"குட்... உன் வேலைவைக் கவனி..."

என்று மென்மையான குரலில் கனிந்து கூறி னாள் மதர். மதரை நிமிர்ந்து பார்க்காம வேறேய் மேரி அவசரமாய் லெனியேறினாள். அவளுக்கு அழவேண்டும் போல் இருந்தது. தனியிடம் தேவைப்பட்டது. இப்பொழுது தையல் சொல்லித் தர முடியாது என்று பட்டது. மெல்ல, பரந்த தோட்டம் இருந்த இடத்திற்குச் சென்றாள் மேரி. மரங்கள் அடர்த்தி சின்னக் காடு மாதிரி தின்றது தோட்டம். குட்டிக் குருவிகளின் "ஓவீட்" சத்தம் இனிமையாகக் கேட்டது. செம் பருத்திப் பூக்கள் தலைநீட்டியிருந்தன. ஒரு பெரிய புளியமரம் நின்றது. அதன் திழுவக் குப் போனாள் மேரி. அதன் முதுகில் சாய்ந்த வண்ணம் உட்கார்ந்தாள். அடக்கு வைத்த கண்ணீர் கொட்டத் தொடங்கியது.

பொருட்களைக் காணாமல் போட்டு விடுவது போல், சில தாய்மார்கள் பெற்ற குழந்தைகளையே காணாமல் போட்டு விடு கிறார்கள். இக்குழந்தைகளை வெல்லாம். பொறுக்கி எடுத்து வளரிக்க சில இல்லங் கள்! மேரி, அந்தத் தாய்மார்களை வெறுத் தாள். இந்த இல்லங்களை ஒழிக்க வேண்டும் என்று துடித்தாள். இப்படி இல்லங்கள் அணாதைகளை வளர்க்கும் புண்ணியத்தைக் கட்டிக் கொள்கின்றன. தேனையா? உலகத் தாரின் பரிதாபத்தையும் அவமானத்தையும் கமந்து கொண்டு, அடங்கி அடங்கி ஒரு சிறைப் பறையையால் மனம் முடக்கப்பட்டு அப்படியாவது வளர்ந்து அவர்கள் சாதிக்கப் போவது என்ன? பெற்றாயேடி அம்மா... அந்தப் பிஞ்சுப் பருவத்திலேயே அப்படியே



கொன்னுப் போட்டு விட வேண்டியது
தானே.... இப்படி துக்கம் கமந்து திக்க
வேண்டியதில்லை அல்லவா? கொஞ்ச
நாளாகவே மெரியின் மனம் பெற்றவர்
பாசத்திற்காக ஏங்கத் தொடங்கியிட்டது.

அன்று சர்ச்சிற்ருப் போயிருந்தான் மெரி.
மெரிக்கு முன்னால் ஒரு தாலும் மகனும்
சென்று கொண்டிருந்தனர். தாவித்தக்கமார்
நாற்பது வயதிருக்கலாம். மகனுக்கு அவன்
வயதுதாலிருக்கும்.

"அந்தப் பக்கம் பார்க்காதென்னு ரொன்
னெனியிலை...." என்று தாய் மகனைக்
வழித்து கொண்டாள்.

"நான் பார்க்கணவம்மா...." என்று
மெய்விதாக்கக் கூறினால் மகன். அவன்
கண்கள் கலங்கத் தொடங்கியிருந்தன.

"அவன் இங்கியெதான் பார்க்கிறான்
படுபாலி. கரோனினா, ஏதாவது ஏடா
கூடமா நடத்தே வெட்டிப்படுவேன்...."

மகன் விகம்பினான். அதற்குள் துணை
வாயில் வந்திட அனைவரும் பிரார்த்தனைக்





ஸ்பீத் SP-16 க்கு கடுமையான வேலைகளைச் செய்யும் தண்டனை அளியுங்கள்-அன்றாடம் ஃகிலோ மாவைப் பிசைந்திடவும், கடினமான 16 இதர வேலைகளைச் செய்திடவும்.

ஸ்பீத் SP-16 மட்டுமே அன்றாடம் 16 இலா மாவை வேலைப்படுத்தும் இரண்டு திட்டங்களில் மாவை சீராக மேலாடப்படுகின்றதற்குத் தான் ஸ்பீத் SP-16 தான் வேருகும் எதுவும் கடுமையான வேலைப்படும் வேலையும் சீராகவும் உறுதியாக உருவாக்கப்படும் இரண்டு கனிகப்பத 17 அடகு செய்கை உட்கா அன்றாடம் மாவை வேலைப்படுத்த வேண்டும் உறுதியாக உருவாக்கப்படும் இரண்டுபேரில் வேறு எந்த மாவையும் வேலைப்பட முடியாது

ஸ்பீத் SP-16, உறுதியான ஸ்பீத் மோட்டார் வேலைப்பாடும் பற்றியிருந்த வேலைப்பாடும் அது மட்டுமே நொறுக்கவே முடியும் உருவாக்கும் — தட்டைகள் மட்டுமே மட்டும் மாவை வேலைப்படுத்தும் — உருவாக்கும் மாவையும்

அதுமட்டுமே மாவை வேலைப்படுத்தும் தாண்டியே மட்டும் வேலைப்படுத்தும் ஸ்பீத் SP-16 தான் அதில் பற்றாது வேலைப்படுத்தப்படும். அது சீராக வேலைப்பாடும் மாவில் மட்டும் மாவையும் அதை இயக்குகிறது. மாவை வேலைப்பாடும் அந்த மாவையும் மாவை வேலைப்படுத்தும் மாவையும் மாவையும்

• உலர் அரவைக்கு • தூண்டாக்கிட • துருவதுக்கு • வறுவதுக்கு • துருக்கிட



• உலர்

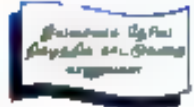
அரவைக்கு • தூண்டாக்கிட

உலர் அரவைக்கு அரை உலர் அரவைக்கு
உலர் அரவைக்கு அரை உலர் அரவைக்கு
உலர் அரவைக்கு அரை உலர் அரவைக்கு
உலர் அரவைக்கு அரை உலர் அரவைக்கு
உலர் அரவைக்கு அரை உலர் அரவைக்கு
உலர் அரவைக்கு அரை உலர் அரவைக்கு
உலர் அரவைக்கு அரை உலர் அரவைக்கு
உலர் அரவைக்கு அரை உலர் அரவைக்கு
உலர் அரவைக்கு அரை உலர் அரவைக்கு
உலர் அரவைக்கு அரை உலர் அரவைக்கு

எஸ்.பீ.சு.

5P-14 எஸ்.பீ.சு.எஸ்.பீ.சு.

உலர் அரவைக்கு அரை உலர் அரவைக்கு
உலர் அரவைக்கு அரை உலர் அரவைக்கு
உலர் அரவைக்கு அரை உலர் அரவைக்கு
உலர் அரவைக்கு அரை உலர் அரவைக்கு
உலர் அரவைக்கு அரை உலர் அரவைக்கு
உலர் அரவைக்கு அரை உலர் அரவைக்கு
உலர் அரவைக்கு அரை உலர் அரவைக்கு
உலர் அரவைக்கு அரை உலர் அரவைக்கு
உலர் அரவைக்கு அரை உலர் அரவைக்கு
உலர் அரவைக்கு அரை உலர் அரவைக்கு



காக மண்டியிட்டனர். மேலியல் அப்பாட்டுடல் பிராந்தியை பன்ன முடியலிசை. அம்மா எப்பவன் இத்தனைக் கொடுமையான? என்னமாய்க் கடிநிதா. பிராந்தியை முடித்து மேலி, அவசரமாய் அவர்களுக்குப் பிள்ளையெய் சென்றான். வெளியே மரத்தடிக்கு வந்த தாய்மனின் தலைமையே மிருதுவாய் வருடினாள். "தன தானத்து வளர்த்து நித்தியே... தீதன்மையான ஒருத்தன்மிட்டே போய்ச் சேரனுமென்று வைகலையே இரக்கு கிரே... அதன் ரொம்ப வேலிசைக்கிட்டே..." இத்தவர்களைதான் தான் மேலியை அடித்துப் போட்டுவிட்டது.

தானின் தெரிந்த குரல் கேட்டு மகன் உணர்ச்சித் தனிப்பிய உதடு துடிக்க விகம்பியபடியே அம்மாவைக் கட்டிக் கொண்டு நான். மேலியின் உணர்ச்சி உணர்ச்சி துலிர்த்து விட்டது. மனசை என்னவோ சென்றது. அம்மா, என்ன ஒரு அழகான மேலி! அதிலிருந்து மேலிக்குப் பொது இடங்களுக்குச் சென்றால், இப்படிப் பெற்றோர் உணர்வும் பிள்ளைகளையும் உணர்ச்சிக்கும் பழக்கம் ஏற்பட்டது. அது அவன் ஏக்கத்தை அழிப்பதற்கு.

"மகன் பகலிசைமாடு தானைக்கு ஒரு பிள்ளைக்குத் தாயாடி. அதை அளவாக இல்லத்திலே போட்டு... குழியை வேண்டிய வேலு திவை வந்திடக் கூடாதென்க... தூக்கிரதையா இருக்கணும். பொண்ணைப் பிறந்தா தூக்கிரதையா இருக்கணும்... கா போவாம்..." என்று அத்தம்மாள் அன்று சொன்னதும் கைரென்று அடிப்பட்டது போல் உணர்ந்தான் மேலி. சத்தம் போட்டு அழ வேண்டும் போல் இருந்தது. தன்னைப் பெற்ற தாய்க்கு இப்படியொரு தாய் இல்லாமல் போனதால் தான். தனக்கு இப்படியொரு திணைமையோ! உடலுடன் ஏன் இப்படிச் சிலரை மட்டும் பெருகி விட்டுத் தண்டிக்கிறாய்?

உடலுக்கு இவன் மனவலி புரிந்திருக்க வேண்டும். தான்தாம் தான் அந்த அசைவம் தந்தது. "இதுதான் மேலி... ரொம்ப தன்மை. எங்கள் இல்லத்திலேயே மிகவும்

குட்டிக்கொண்ட பெண். பண்பும், அறிவும், அழகும் - இவள் உணர்வாற்றியே உடலுக்கு மனமாய் பிறக்கக் கடிவ தகுதியுடையவள். அதனால்தானோ என்னவோ, நீங்கள் இவளைத் தேடித் கொண்டு வந்து விட்டீர்கள்..."

மேலிக்கு முதலில் ஒன்றும் புரியலிசை. மதர் கப்பிரியர் அறிஞகப்படுத்தி வைத்த அம்மாவைப் பார்த்தான். பரிசென் என்ன ஒரு நிழல்! தும்பு வயதாமே! அப்படித் தெரிபெரியவையா. பெயரில் புத்தகமாய், கட்டப் பொட்டும். கருமை தழம்பிய உலிப்பாசை உண்டாகும். உன்னதனை வளர்த்த வசோதா மாநிலி இருந்தான். பெயரும் வசோதா தானாம்.

"மேடம்... என்ன இவனை ரொம்பப் பிடிச்சிருக்கு. அழைச்சிட்டுப் போறேன். என் லுத்து பெய்ச்செல்லம் திருமணமாகி அவரவர் இல்லங்கள் சென்றுவிட்டனர். அவரோ ஊர் ஊராய் கற்றுப்பவர். எனக்கு இந்தத் தனிமை மிகவும் வேதனைமாய் இருக்க. எப்பொழுதும் எனக்குப் பெண் குழந்தைகள் எவ்வாறு பிடிக்கும். என் கூட என் மனைகை எக் உணக்கு மெழமையா..." ஏதோ வரிகத்திரான் போல் தன்னிடம் தலுத்து கேட்ட அம்மாவை விடப்படுடன் பார்த்தான் மேலி.

இவர்களுக்கு மனசை - அடையப்பா எப்படி கொடுத்து வைத்திருக்க வேண்டும்! மேலியின் உணர்வு கவித்துருவிவது. உணர்ச்சி கடிப் பட்டதது பேச வேண்டும் என்பதை மறந்து போனதன் விளைவாக, வாய் அசைவின்றி விடத்தது. தனக்கென்று ஒரு இயல்ம்! அவன் அளவாக இயல்வம்... இயல்வம்... இயல்வம். மெய்மை தலுதுவித்து, உடலு புரிக்க தின்றான் மேலி.

"கொத்து மேலி... இவர்களுடன் போறியா? உன் இழப்பு எங்களுக்குப் பெரிததான். அதுக்காக உனக்கு வரும் அறிவுடனதான் தான் தடை பண்ணக் கூடா திணையா?" என்று சொல்லிவிட்டு மதர் அவனைப் பார்த்தான். மதரின் உணர்வு வைக்கிவிருந்தன. மேலி மெனமையாக தின்றான்.

"அவளுக்கு இஷ்டமிசைவ போலிருக்கு. உன்ன என் மகன் போவயே வச்சிருப் போனம்மா... பனின் சரி சொல்வென்..." என்று இளஞ்சூ ஆரம்பித்தான் வசோதா. அத்தகு மேல் தாக்காயில் மதர் கப்பிரியர் மேலியை அழைத்து அவன் தகைய வசோதாவின் கையில் ஒப்படைத்தான். தாயும் - மனமும் என்ற புதிய விளிப்பாசை உறவுடன் இருவரும் ஒருவரை ஒருவர் ஒரு வினாடி பார்த்துக் கொண்டனர். பெரிய கருதியக் கை கா மேலியை அழைத்துக் கொண்டு போனதும். மதர் கப்பிரியர் உணர்வைத் தடைத்துக் கொண்டார்.

புதிய விடயம் ஏற்பட்ட விழிப்பு ஒரு



அப்பளத்தை தீரிக் தனைத்துக் கொள்ளுங்கள். சிந்தி தேரவுதித்து கருணை கிழங்குமாளாவையவர அப்பளத்துக்குள் வைத்து. ஓர்மெல்லாம் உலுத்து மாவுக் கலையவால் தடவி மூடி விடுங்கள். ஒவ்வொன்றாக வானவி எண்ணெயில் பொரித்து வைத்துச் சரப் பிடுங்கள். அப்பள சமோசா குதியே குரி!

புதிய உற்சாகத்தைத் தந்தது மோர்க்கு - ஸ்டீக்மிக்கு! ஆமாம் யசோதா சொல்லி விட்டாள். "ஏம்மா இனிமே உன் பெயர் ஸ்டீக்மி..." தலை நிறைய பூ வைத்து விட்டாள். தெற்றி நிறைய துவகமிட்டாள். கழுத்தில் ஒற்றைச் சங்கிலி. புதிய தொங்கு கட்டாக்கள், கொதுக. கைநிறைய கண்ணாடி வளையங்கள். உள் பதித்த சிறிய தங்க மோதிரம். ஆறு செட் பாகாட்டை தாவணி. எல்லாம் தங்க நவமான துணி! ஸ்டீக்மி ஒரு சிறிய தோட்டம் போய் மலர்த்திருந்தான். ஸ்டீக்மி அந்த வீட்டிற்குப் பிடித்த மாடுரி சமைக்கக் கற்றுக் கொண்டான். டேப்ரீய் பிடித்தபோது பரட்டுக் கேட்டாள். வீடியோவில் நிறைய செரிமா பார்த்தாள். அந்த வீட்டில் கத்திரிமாக ஒரு ஆறு போய் அணைந்தான். யசோதா பாரக் நெத்தியாக இருந்தபோது தவிர அவளால் அறிக்கமாக வேளைய செய்ய முடிந்ததில்லை. ஸ்டீக்மி எல்லா வேலைகளையும் பழகிக் கொண்டான். எப்பவாவது கத்திரேசன் வருவார்... இரண்டே தாளில் பறந்து விடுவார்.

"பார் ஸ்டீக்மி இப்படித்தான்... உன் வானமான தானியிருந்தே இப்படித்தான். வீடு தங்காமல் பிளேனில் பறக்கிறார். குழந்தைகள் இருந்தார்கள். என் தனிமை தெரிந்ததில்லை. இப்ப பார். இவ்வளவு பெரிய வீட்டில் தான் மட்டும் எப்படித் தனியாக நானெல்லாம் பசைக் கூட ஆனில் வாயில் இருப்பது?" என்று குழந்தை போய் கூறி, யசோதா இவன் தோளில் சாய்ந்து கண்ணீர் விட்டாள்.

"கவலைப்படாதீங்கம்மா... அதான் உங்க மகளை நான் வந்திட்டேனே... உங்களுக்கு பண்டிட்டுறவர், கைச் சங்கிலி இருக்கு. சீக்கிரம் டயர்ட் ஆயிட்டாக... எல்லா வேலையும் தானே பார்த்தேன்..."

"வேண்டாம் ஸ்டீக்மி... சமைப்பதற்கு வலத்திருந்தேன். நீ வறுமைக்கு கொஞ்ச நான் முத்திரை கோபித்துக் கொண்டு ஓடிவிட்டாள். சாமான்களை எல்லாவது அள்ளிப்போட்டாலும் சமைப்பது என்னமோ மோசமாய்தான் இருக்கும்... சமைப்பது வலத்தால் ரசம் மாடுரி இருக்கும். இட்லி, ராஜ்ஜய வீரன் மாடுரி விரைப்பாய் இருக்கும். சாதம் கே மாடுரி குழந்தைகளுக்கும், இல்லை அவல் மாடுரி முழிக்கும்..."

"போதும்... போதும்... போதும்..." ஸ்டீக்மி கண்களில் நீர் வரும்வரை சிரித்தான்.

"நானே சமைச்சிடுவேன்மா... என் சமைப்பது பிடிச்சிருக்கில்லையா?"

"ரொம்ப கவையா மணமா பண்ணே... என் பெண்களில் ஒருத்தி கூட இப்படிச் சமைப்பது பண்ணியதில்லை. ஆனாலும் பாவம் நீ எதுக்கு சிரமப்படணும்மா? தங்க ஆளுக்குச் சொல்லியிருக்கேன்..."



மோர்க்கின் கையைப் பொரித்துத்தனியே வைத்தோமானால் நமத்துப் போய்விடும். ஆனால் பொரித்த எண்ணெயிலேயே போட்டு மூடி வைத்தோமானால் நமத்துப் போகாமல் இருக்கும். வேண்டிய பொழுது எடுத்துப் பரிமாறிக் கொள்ளலாம். மொறு மொறுவென்று கவையாக இருக்கும்.

— மீ. சொன்னா.

"வேண்டாம்மா. ஆன் தேன் எல்லாம் எதுக்கு? நான் சமைக்கிறேன். நீங்க சாப் பிட்டுத்தான் ஆகணும்..."

ஸ்டீக்மி தெற்கு கொன்னாத சத்தோஷத் துடன் அந்த வீட்டில் பொறுப்புக்களை ஏற்றுக் கொண்டான்.

எண்ணெய்தெய்த்துக் குளித்திருந்த யசோதாவின் கத்தையைச் சிக்கெடுத்து விட்டுக் கொண்டிருந்தான் ஸ்டீக்மி. "போஸ்ட்... உன்னை ஒரு கவர் விழுத்தது."

"ஸ்டீக்மி... கவன் எடுத்து வாய்மா..."

"அக்கா போட்டிருக்காங்க..."

"வாரு... கண்டாரியா?"

"இப்போம்மா. மருக்களாக்கா... டில்லி

யிலே இருக்காங்கனே..."

"ஓ... அவளா...? பிரிக்கப் படிச்சுச்

சொத்து ஸ்டீக்மி..."

"நீங்கனே படிக்கம்மா..."

"போடி ஸ்டீக்மி... நீ என்ன வேற்றாளா?

பார்த்தியா, நான் உன்னை என் சொந்த

மகளை தடுத்தினாக்கூட நீ விவதித்தான்

நிக்கிறேன்..."

யசோதா கண் கலங்கினாள்.

"சே... சே... அப்படியில்லையா..." பிரித்

தும் படித்தான் ஸ்டீக்மி. இனிய தங்க

செய்தி. மருக்களா மூன்று மாதம் தாய்மை

வடைத்திருக்கிறாள். இருவருக்கும் சத்தோ

ஷம் தாங்கலில்லை.

"ஏன்டி ஸ்டீக்மி. உங்கக்காவுக்குக்

கைமுறுத்துன்னா உயிர். மாசமாயி

ருக்கா..."

"அம்மா... எனக்கு முறுக்கு கத்தத் தெரி

யாதே!"

"நான் கத்துவேன்... ஆனா வெத்தெ

டுக்க ஆன் வேணுமே... என்னாலே என்

னெய்ச் சட்டி முன்னால் ரொம்ப நேரம்

உட்காருறாத்தே!"

"நான் வெத்தெடுக்கிறேன்மா..."

"வேண்டாம் ராசாத்தி... நான் வேணா

தாங்கமா மாணியைக் கூப்பிட்டுக்கிறேன்.

ஒரு படி மாவை நீ ஒண்டியால் எப்படி வெத்

திடுப்பே..."

"பார்த்தீங்களா... நீங்கதான் இப்பப் பிரிச்சப் பேசறீங்க. எங்கக்காய்க்கு நான் செய்ய மாட்டேனா?"

"தீ விடைக்க நான் என்ன புண்ணியம் செய்தேனோ..." கண்கலங்கினான் யசோதா.

முறுக்கு, தட்டை, திரட்டுப்பால், நெய் விளங்காய் என்று யசோதா பக்குவம் சொல்லச் சொல்ல வடக்கி பரபரவென்று எல்லாவற்றையும் மூன்றே நாட்களில் செய்து முடித்து விட்டாள். டயிலிக்கு டீக் கொட்டுத்தொடிக் கொட்டி அலையும் போகப் போகிறாள்! என்ன ஒரு அதிர்ஷ்டம்! இந்தனை அன்பான ஒரு தாய் விடைத்திடுக்க எத்தனை புண்ணியம் பண்ணியிருக்க வேண்டும்!

வரசும் பண்ணியடித்தது, கதையைத் திறந்தான் வடக்கி.

கொழிபயம்மாள்... யசோதாவின் தாய். "வாங்க பாட்டி... வாங்க... அம்மாவும் நானும் டயிலிக்குப் புறப்படறோம்..." என்று துள்ளிக் கதையைத் திறந்தான் வடக்கி.

"அப்படிவா வடக்கி, எங்கே யசோதா?"

"அம்மா மாடியிலே இருக்காங்க. வாங்க. அம்மா... அம்மா... பாட்டி வந்திருக்காங்க..."

"காப்பி ருதே வடக்கி. ரெஸ்ட் எடுக்காதும், நாளை போறேன்..."

யசோதா விழித்திருந்தான். ஆனால் சொர்வாக இருந்தான். வேலாகச் சாய்ந்த வாக்கில் படுத்திருந்தான்.

குழந்தைகளுக்குக்காலையில் பிச்சு கொடுத்துதான் வயிற்றில் மந்தம் வரும் என்று ஓதவர் எழுதியிருந்தார். ஆனால் காலையில் குழந்தையின் அழுதையை நிறுத்தினால்தானே வேலை செய்ய முடியும்? ஆகையால் பாவசத்துக்குப் போடும் திராட்சைப் பழத்தை முதலில் பத்து கொடுத்துவிட்டுப் பிறகு பிச்சு கொடுத்துதான் மந்தம் வராதது. வயிறு சம்பந்தமான எந்த நோயும் அண்டாது. நான் காட்டிலும், மெட்டிலும், டாக்டர் இல்லாத ஊர்களில் எல்லாம், என் குழந்தைகளை வயிற்றுக் கொளறு வராமல் வளர்த்தே இந்தத் திராட்சைப் பழத்தினால்தான்.

— பார்க்கு



"என்ன யசோதா. உடம்பு சரியில்லைமா?"

"வாய்மமா... வா... வா! உன் பேத்தி மருகாளா குழந்தை உண்டாகியிருக்காள்னு சொட்டச் வந்தது."

"அப்படியா! ரொம்ப சந்தோஷம். எத்தனைவாவது மாசம்?"

"மூன்று மாசமாம். பலகாரம் செஞ்சோம். என்னை வடக்கிதான் எல்லாம் செஞ்சோம். தங்கமான் பொண்ணு!" பாட்டி வடக்கியைப் பிடித்துக் காட்டினாள். வடக்கி புழுதி விடைத்த மயக்கத்தில் தலைகுனித்து நெளிந்தான்.

"ஸார்! நல்லாய் பண்ணியிருந்தா, அளவுக்கு மீறிக் காட்டிட்டுட்டேன். கவர்வறிஞ்சு. அதான் படுக்கை..." என்று யசோதா சிரித்தாள்.

"சரி... சரி... என்னவப் பற்றியே பேசிக் கிட்டிருக்கேன் பாரு... ஏம்மா, மணி தாலாது. காப்பி டிபன் சாப்பிட்டேன். அதுதான் இன்னிக்கு வடக்கி?"

"இதோய்மமா... பாட்டி இருக்க. காப்பியும் அளவுமும் கொண்டு வந்தேன்..."

"ஏம்மா... நீமே போய்ச் சாப்பிட்டுட்டு வா. அந்தப் பிள்ளை பாவம் மாடிக்குப் பிழக்குமாய் எத்தனைய தரம் அலையும்..."

"பரவாயில்லைம்மா. பாட்டி இங்கேயே இருக்கட்டும். ஓடிப் போய்க் கொண்டு வந்தேன். நீங்க பிச்சிக்கிட்டிருக்க... என்று வடக்கி பிச்சு வாகப் பறந்தான். காப்பியும், குட்டை அளவும் வந்திக் கொண்டு பாடினில் ஏறினான் வடக்கி. பாட்டி சொல்லாத கேட்டது...

"அதென்ன யசோதா. அந்தக் குட்டி உன்னை அம்மா அம்மாவாகுது? நீயும் ஏம்மா. ஏம்மா அப்படிங்கறே? என்ன கூத்து இது? எங்கேயிருந்து பிடிச்ச வந்தே இதை?"

பாட்டியின் தேவ்வி வடக்கியைக் கொப்பப் படுத்திவது. யசோதாவின் அம்மா என்பதால் யசோதா எட்டி, என் அவன். இன்னும் யெல் இந்நேரம் கழுத்தைப் பிடித்துத் தள்ளியிருப்பான். யசோதா போன்ற ஆரவரம் வான துண்டுவாய் வாய்க்கு. இப்படி யொரு மெச்சமான அம்மாவா! நிச்சயம் யசோதா மாயா பாட்டியை வாங்க வாங்கென்று வாக்குப் போகிறார்கள் என்று நினைத்து உள்ளுக்குள் சிரித்துக் கொண்டாள்.

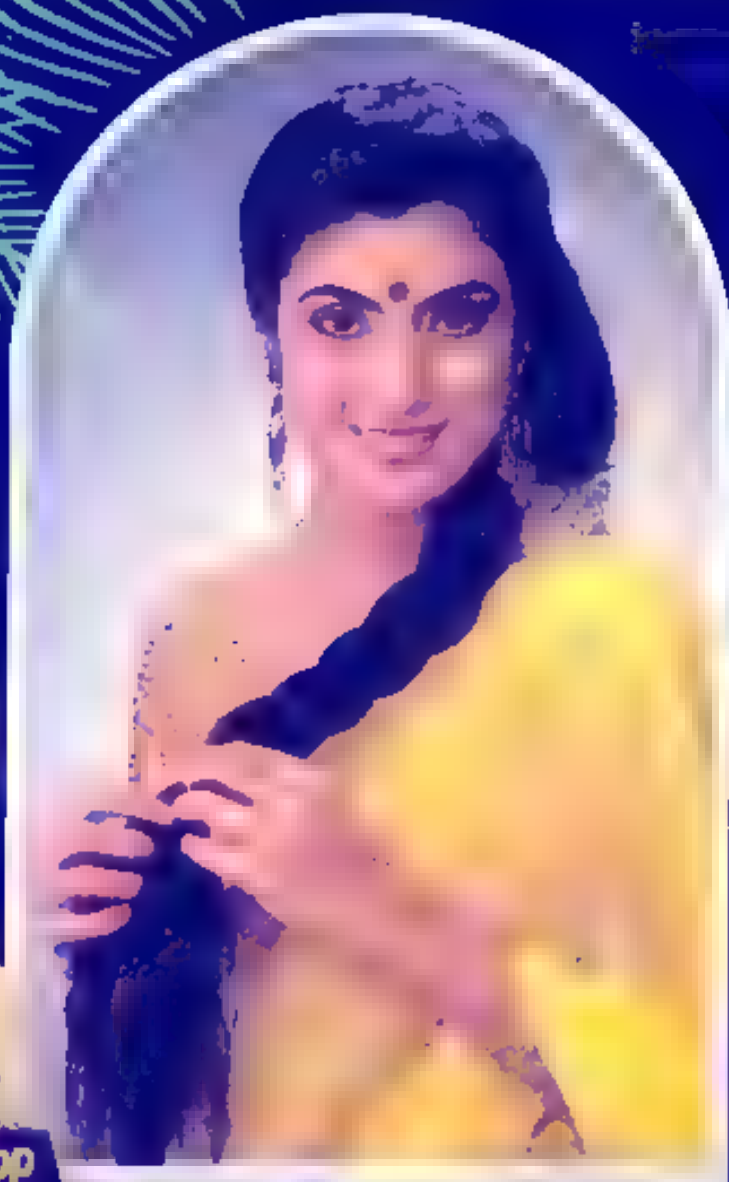
"அது ஒரு அலாஸ்தம்மா. எல்லாம் காசிய மாத்தான் பிடிச்சிருக்கேன் அனாத..."

வடக்கி அதிர்ச்சியில் சைந்தான்.

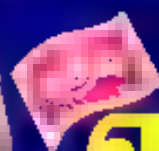
"யசோதாவா... யசோதாவா இப்படிப் பேசுகிறான்? திறமாகவா...? என்ன வார்த்தைகள் இது! வடக்கியின் உள்ளம் துதிநிவது.

"எனக்கே உடம்பு முடியுமாம்... என் மூன்று பெண்களுக்குப் இனி வரிமையாய் பிரசவம் பார்க்க வேண்டிய சூழ்நிலை வரும்... அதுதான் பார்த்தேன்... வேலைக்

உங்கள் அழகிய உத்தலுக்கு
தேவந்தகாய் தான் மந்திரம்



இலவசம்
500 கிராம் பேக்கிற்கு
கிளினிக் பவுடர் ஓரம்படி
200 கிராம் பேக்கிற்கு
சுழுகிய தீயெலும்பு
கேட்டுப்பெறுங்கள்.



என் டாப்
தேந்தகாய்
எண்ணெய்

காரி வந்தா, காதலன் செவ்வாயுமே தவிர, பாதி வேலை நாம்தான் செய்வோம். கொஞ்சம் அடிபட்டாப் போதும், இந்தக் காலத்து வேலைக்காக நீங்க, சரிதான் போனாண்டு ஓடி விட்டதுகள். என்ன பண்ணலாமென்று சொல்கிறேன்..."

"அனாதை இவ்வத்தியை போய் மகன்னு சொல்லி இதைக் கட்டி வந்தியாகும."

"ஆமாம்மா... என்ன கொஞ்சம் சுத்த நிரம்பொடுத்திருக்கேன். மேம்பப்போடும், போபாவிலே உட்காரும். மெத்தைதரவேயிருக்கு. நல்ல துணி கட்டிக்கக் கொடுத்திருக்கேன். தொலைவுதான்... நல்ல சாப்பாடு, இப்படி வசதியெல்லாம் அது எங்கே அது பவிச்சிருக்கப் போகுது? கொஞ்சம் ஐஸ் வச்சாப் சொல்லும். எல்லா வேலைகளையும் பம்பரமாகச் செஞ்சுடும்..."

"அது சரிதான்... நல்ல ஐடியா பண்ணினே. ஆகா..."

"என்னய்யா...? உங்களைப் பாட்டிக்கு உப்பிடுதென்று எரிச்சலா இருக்கா? தொலைவுதான் விடு. காரியம் ஆகற வரைதான் அப்படி கதறா விட்டிருவேன்."

"அதான் கேட்க வந்தேன் எப்படி விட்டுவே? உனக்குக் கொட்டப் பெயர் வந்துடக் கூடாதிருக்கையா? இதைப் போய்க் காலமூரா வச்ச மாரடிக்கப் போறியா? கல்லாமை கார்த்தியை தண்டச் செயவு பண்ணப்போறியா? இதெல்லாம் விட்டி வேலைதானே, உனக்கு?"

"தீ ஒண்ணு... அதுக்கெல்லாம் நல்ல பணான் வச்சிருக்கேன்... நம்ப மனதா மானிக்கம் இவ்வை..."

"யாரு...? பொண்டாட்டி உ... செத்துட்டானே, இரண்டு புணையை விட்டுட்டு..."

"ஆமாம். அவனோதான். வயசு முப்பத்தாண்டே ஆகிய இவளுக்கு இந்த இடம் போறாதா? மனைகள் பிரசவம் எல்லாம் முடிஞ்சு செட்டியானதும் திட்டி அலங்குக்கு இவளை செண்டாத்தாரமாக் கட்டி வச்சுட்டாப் போச்சு. என்ன ஒரு செண்டாரியம் ரூபா செயலாகும் போலிட்டுப் போறது. வேற யாதி? சரி... சரி... அது வந்துடப் போறது. ஆமாம். அப்பா ஊக்குட்ப் போலி குத்தாரே. வந்துட்டாரா?"

அவர்களின் சம்பாஷணை தொடர்ந்தது. கேட்டுக் கொண்டிருந்த வட்கமிக்கு முகம் இரண்டது இதுதான்யா யசோதாவின்கிற மான சொருபம்? எவ்வளவு அசைக்க... என்ன கீழ்த்தரம்! எப்படி இப்படி செயல்லாம் நினைக்கத் தோன்றுகிறது எதற்கு இந்த தடிப்பு?

"பெண்ணே, எனக்கு ஒத்தானை செய்வதன் அழைச்சேன். வேலைக்காரிதான் நீ..." என்று சொல்லியிருத்தால் கூட அவளாய் பொறுத்துக் கொண்டிருக்க முடியுமே! ஓ... இந்த லட்சிக்கைத் தரோகம்...

மகாவி கீழங்கு தோன் குஞ் பாரா

மகாவி கீழங்கு ஊறு கல் போடுகிற போது எங்கோரும் தோலை சிலி எரித்து விடுவார்களே. அதிக அற்புதமான ஒளிக் பரவல் தயாரிக்கலாம். காய்க்கு முன்பும் மனமும் நினைத்த ஆரோக்யமான பானம் இது.

கீழ்க்கை அழுக்குப் போகத் தராத அலம்பிவிட்டு தோலை சிலி, ஒரு விட்டு தோலிருத்தால் தானாகப் ஊய் விட்டு 3 கப் சாதாக வடிக்கடி எடுக்கவும். 2 கப் அளவுக்கு எலுமிச்சை சாறு எடுத்துக் கொள்ளவும். 3 கப் அளவு சர்க்கரைவை இரம்பாரு வைத்து, ஆறியதும் எவ்வக வற்றையும் ஒன்றாகக் கலத்து கலத்துக் கொள்ளவும். சிறிது கனகைத் தட்டிய் பனிக் காக போட்டுக்கொள்ளவும். தோலைவாடி போது குவிக்குத் தகுந்தபடி ஊய் கலத்துக் குடிக்கவும்.

- சாரதா

எத்தனை அரக்கத்தனமானது? ஒரு சந்தையின் டத்தை இத்தனை நான் வரை அம்மா என்று நினைத்து சிவிர்ப்படைத்த விதம் எத்தனை அருவருப்பானது! நினைக்க நினைக்க மனசு ஆறவேயில்லை அனாதை என்பதும், பணம் இல்லாமல் என்பதும் அவ்வளவுதான்? அதனான் தேவலமாக மதிக்க வேண்டும் என்று நினைக்கும் இவர்கள் தான் எத்தனைக் தேவலமானவர்கள். அழுது கொட்டி விட்டே போனான். வட்கமி இவ்வை மேரி!

"மதர் கப்பீரிவரின் நிஜமான கணினையம், அன்னையும் சனிப்பான விஷயமாக நினைத்தேனே, அதற்குச் சரிவான தன்னை கடைத்துவிட்டது. தான் இனி வட்கமியே அங்கு, மேரியாகவே இருந்துவிட்டுப் போகிறேன் இங்கே இருக்க வேண்டியவரும் அல்ல... மனத்திறகுள் நினைத்தான் மேரி. புரிந்து கொண்டாள்

ரொம்ப நேரமாக வட்கமிவைக் காணாத யசோதாவும், அவள் அம்மாவும் கீழே இறங்க வந்தனர் "வட்கமி... வட்கமி..." என்று குறும் குறாய்ச் சென்று பார்த்தால் யசோதா, அந்தச் சின்னத்திறு மலரைக் காணவில்லை. யசோதா கொடுத்த வண்ணங்கி, சங்கிலி, உடைகள் அனைத்தும் கட்டிகில்குவித்து விடத்தான். விழித்த உடைபுடன் வந்தவுடன், விழித்த மனத்துடன் சென்றுவிட்டான் என்று புரிவாத யசோதா கத்தினாள். "சோத்துக்கு வட்கமிவாத அனாதை... நாடி வந்த தாய்... ரோஷத்துக்குக் குறைச்ச

லில்லவையு... என்று இடத்துத் தீர்தான்.

நான் மடியில் விழுந்து அழுதேன். மேரியைச் சமாதானமாக வருஷக் கொடுத்தான் மதர் கப்பிரியர்.

"கடனையும் நிலத்தையும் எப்படித்தான் கலந்தாலும்... அது ஒன்றாகிவிடுமா? நிலம் நிலமாகத்தான் இருக்கும். அது மாதிரிதான். அனாதைகளின் நாம், நாமர்கத்தான் இருக்க முடியும். வசதியும், தெரிப்பதும் உறவுகளும் உடைய அவர்கள் தனி வர்க்கம் தான். அவர்களிடம் நம்மைப் புரிஞ்சுகிற தன்மையை நாம் எதிர்பார்ப்பது நமது தவறு தான் மேரி. நாம் இருக்க வேண்டிய இடத்தில் இருந்தால்தான் மதிப்பு..."

"மதர், அப்படிவா என்னை ஏன் அந்த வேடிக்கையா அனுப்பிச்செய்து?"

"எல்லாத்துக்கும் ஒரு விதிவிலக்கு உண்டே... அவங்க விதியாகமானவங்களா இருப்பாங்கனோன்னு நினைச்சேன்... அதான் உன்னை அனுப்பச் சம்மதிச்சேன் மேரி..."

"உங்களை விட்டுப் போக மனசு வந்ததே மதர். அதுக்கு எனக்குச் சரியான துண்டை எடைத்தது. எனக்கு வேணும்..."

"அப்படியெல்லாம் சொல்லாதே குழந்தாய். சமீப காலமாக உன் மனசு தாய் தந்தை விட அன்புக்காக ஏங்கறதை நான் கவனிச்சேன்..."

மேரி அழுவதை நிறுத்திவிட்டுத் திரும்பி

இடம் பார்த்தான். 'மதர் எப்படிக்கண்டு பிடித்தார் என்று!

உன்னுடைய வேதனைக்குத் தீர்வு. ஒன்று உனக்கு நீ ஆசைப்பட்டது போன்ற பந்தம் கிடைக்கணும். இல்லை, அது இனிமேல் கிட்டாது என்று புரிந்து, உன் மனசை அமைதிப்படுத்திக்கணும். உன்னுள் ஒரு தெளிவு ஏற்பட வேண்டும் என்பதால்தான் இந்த மாதிரி அனுப்பி வைத்தேன்... உன்னை அனுப்பிச்செட்டு எவ்வளவு கஷ்டப்பட்டேன் தெரியுமா, மேரி?"

அந்தக் கனிந்த தூலும், அன்பு சொட்டும் பார்வையும் கண்டு மேரி சிலிர்த்துப் போனான். அவளுக்கு உலகம்புரியத்தொடங்கியது. "இது என் விடு. இது என் அம்மா. இங்கே நான் சுதந்திரப் பறவை. என்னை யாரும் இங்கே காயப்படுத்த மாட்டார்கள்" என்று, கண்ணீரைத் துடைத்தபடி மகிழ்ச்சி புடன் எழுந்தான் மேரி.

"நீ மதிக்கப்படுகிற இடத்தில், உன் அன்பையும் திறமையையும் காட்டி உன்னை அரித்தழிள்ள பிறவியாக ஆக்கிக் கொள் மேரி. கிடைக்காத... கிடைக்க முடியாத ஒன்றுக்காக ஒரு போதும் ஏங்காதே மேரி, இப்ப தெளிவாயிட்டியா?" என்று கேட்டார் மதர்.

மேரி மதரை நன்றிபுடன் பார்த்தான். 'மறக்க வேண்டியதை மறத்து, தேசிக்க வேண்டியதை தேசித்து, மகிழ்ச்சியாக இருக்க வேண்டும்' என்று தெளிவு பெற்றான்.

கீம்மாத கில்லத்தரசி ரீபாட்டி

பொருள்: பு

கடைசித் தேதி: 15.5.90

சமையல் கூப்பன்

..... என்று தலைப்பில் சமையல் குறிப்பை இத்துடன் அனுப்பியுள்ளீர்கள். இச் சமையல் குறிப்பு இதுவரை எந்தப் பத்திரிகையிலும், எந்தப் புத்தகத்திலும் வெளியானதல்ல என்று உறுதி கூறுகிறேன்.

கையொப்பம்

வீட்டில் குழத்தை பிறக்கப் போகிறது என்று டாக்டர் திச்சயித்துக் கூறிய உடனேயே, வீட்டில் எவ்வா வித்திலும் தயார் தினை ஏற்படுத்தப்படுகிறது. குழத்தைக்குப் படுக்கையில் போட தாப்பின் கன். பிப்புகள் போல் குடிக்கும்போது மேலே பால் வழித்து விடாமல் மார்பு முடுமனவுக்குக் கட்டப் படும் ஒன்று). குழத்தை வினைவாடப் பெய் மைகள். தன்னு வண்டி. இத்தாதி. இத்தாதி என்று எல்லாக் சாமான்களும் தயார் செய் வப்பட்டு வைக்கப்படுகின்றன.

குழத்தை பிறக்கப் போவதற்கு முன்னா வேலே சாமான்கள் பற்றிக் திட்டம் போட்டு சாமான்களை வாங்கியும் வைக்கும் தாம். குழத்தை வளரப் போகும் குழம் (கிணர்- ணன்) பாதுகாப்பாக இருக்கிறதா என்று, பரிசீலிதேராமா? குழம் பாதுகாப்பாக இருக்க வேண்டிய முயற்சிகளைச் செய்கி ரோமா?

குழத்தை வளர்த்து வீட்டுக்குக் ஒடிவாடும் போது, வீட்டிலுள்ள சாமான்களை எல் லாம் கையாள முயற்சிக்கும் என்றோ, எவ்வா விவ்வாழ் வாங்கும் போட்டுக் கொள்ள முடியுமோ, அவற்றைவாங்குதன் அடைத்துக் கொள்ளும் என்றோ, ஷெய்டிபின் மேல் நடட்டுக்களில் வைத்துள்ள பிங்கான் சாமான்களை எடுக்க முயன்று, சாமான்களையும் அதோடு ஷெய்டிபையும் இழுத்துக் கீழே சாய்த்து விடும் என்றோ, இவைகளைச் செய்பும் போது நன்மையும் காயப்படுத்திக் கொள்ளும் என்றோ, குழத்தை பிறப்பதற்கு முன்னரே முழுமைவாகக் கற்பனை செய்வ முடியாதுதான். ஆனாலும், ஓரளவுக்குக் குழத்தை வளரும் போது, அது எதை விவ்வாழ் உருட்டி ஆபத்து விளைவித்துக் கொள்ளுமோ என்ற ஸ்பந்துடன் தாம் செயல் பட வேண்டியது மிக அவசியம்.

குழத்தைகளுக்கு ஏற்படும் வீபத்துக்கள் பற்றியும் அதனால் ஏற்படும் சாவுகள் பற்றியும் அன்றாடம் தினைசரிப் பத்திரிகைகளில் செய்திகள் வெளிவாவின்றன. குழத்தைகளுக்கு ஏற்படும் வீபத்துக்களினால் சில சமயம், குழத்தைகளை மருத்துவமனையில் சேர்க்க நேரிடுகிறது.

குழத்தைகள் வீடுவது, தீயில் கட்டுக் கொள்வது. தற்செயலாக விழுந்தனவையுள்ள திரவங்களை வாயில் ஊற்றிக் கொண்டு விடுவது, மின்சாரத்தினால் ஏற்படும் ஆபத்து போன்றவைகள் திகழாமல் தடுக்கப்படக் கூடியவைவையே.

குறிப்பாகச் சிறு குழத்தைகள், உணவு உட்கொள்ளும் போது தாய் அல்லது வேறு வாராவது பெரியவர்கள் அருகே இருக்க வேண்டும். சில சமயங்களில் குழத்தைகள் திதானமாகச் சாப்பிடாமல், உணவை வாயில் அடைத்துக் கொண்டு, வீழ்வுகத் தெரியாமல், தித்தித் தினைலாம். கண்ணில் தீர் திறைத்து, வாயில் போட்ட உணவை வீழ்வுக்கவும் முடியாமல், வெளியே கொண்டு வரவும் முடியாமலும் குழத்தை திட்டாடிவிடும் சமயங்களும் உண்டு. இம் மாதிரியான ஆபத்து, தானே உணவைச் சாப்பிடும் குழத்தைகளுக்கு ஏற்படலாம்.

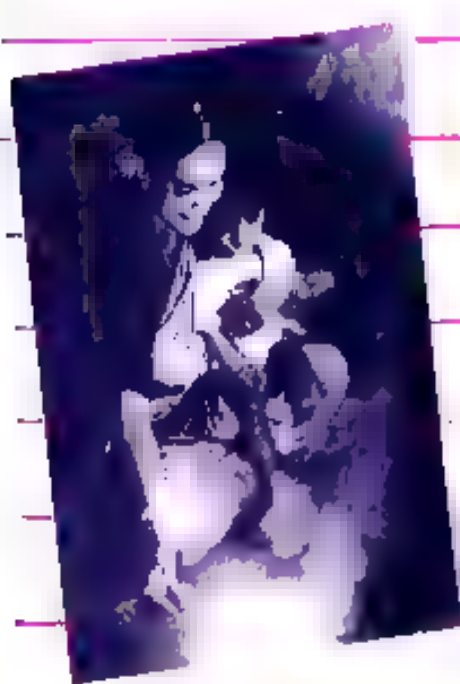
எத்தனையோ வீடுகளில் தாய்மார்கள், வேலைப் பளுவின் காரணமாகவும், நேர மின்மைவாலும், தட்டில் உணவைப்போட்டுக் குழத்தைவை உட்கார்த்திவிட்டுப் போய் வேறு வேலைகளைக் கவனிப்பதுண்டு. பல சமயங்களில் தாய் உணவைக் குழத்தைக்கு ஊட்டும்.

போதும் இப்படி நேரும். நேரமின்மைவால், பெரிய பெரிய உருண்டைகளைக் குழத்தையின் வாயில் அடைப்பது முண்டு. சிறிய உருண்டையாக இருத்தாலும், முதலில் போடப்பட்ட உருண்டையைச் சிவாக வீழ்வுக்குவதற்கு துன்னர், இம்மோர் உருண்டையை வைத்த அடைத்தால் குழத்தை என்ன செய்யும்? நமக்குக் காவ நாமதம் ஏற்படுவது பற்றிக் குழத்தைக்குப் புரியுமா?

சிறு குழத்தைக்குத் தாய் பாலைட்டியபின் (அது தாய்ப்பாலாகவும் இருக்கலாம், வேறு முடிப்பால்) ஆகாரமாகவும் இருக்கலாம்.) குழத்தைவை உடனே கீழே டிடத்திலிடக் கூடாது. பாலைட்டியபின் குழத்தைவைத் தோலில் சாய்த்துக் கொண்டு, குழத்தையின் முதுகை மேலிருத்து கீழ், தடவியீ: வேண்டும். குழத்தை மேல்விய ஏப்பம் வீட்டிற்கு கீழே படுக்கையில் டிடத்த வேண்டும். ஆகாரம் கொடுந்தவுடன் குழத்தைவை மல்



நம் வீடு எத்தனை



லாக்ககிடத்திலிட்டால், ஆகாரம், ஆகாரக் குழலுக்குள் செல்லாமல், மூச்சுக் குழலுக்குள் சென்றுவிடக் கூடிய அபாயம் இருக்கிறது.

குழந்தைக்கு ஆகாரம் கொடுத்து முடிந்தவுடன் "பிப்" எடுக்கப்பட்டு விட வேண்டும். பிளாஸ்டிக் பைகள் (சாமான்களைப் பேக் செய்து வருவது) வீடு முழுவதும் இறைந்து கிடப்பதால், அந்நாளும் சில ஆபத்துக்கள் ஏற்படலாம். ஏனென்றால் இவைகளை எடுத்து ஒரு மையம் முகத்தில் மூடிக்கொண்டு அதனால் மூச்சிவறப்பு அபாயம் உண்டாகும். எனவே இவைகளைக் குழந்தைகளின் எகைக்கு எட்டாமல் வைக்க வேண்டும். குழந்தைகளைப் படுக்கையில் கிடத்தும் போதும், தள்ளு வண்டியில் கிடத்தும் போதும் வாட்டர் புரூஃப் ஆக உள்ள பிளாஸ்டிக் விரிப்புகளை உபயோகிப்பது ஆபத்து. குழந்தை இதை முகத்துக்கு மேல் இழுத்துக் கொண்டு மூகம் விரிப்புக்குள் சிக்கிக் கொண்டு விட்டால் மூச்சுத் திணறல்

ஏற்படும்.

குழந்தைகளுக்குச் செய்யப்படும் கட்டில்கள் கூடியவரை ஆபத்துக்கள் ஏற்படாத வண்ணம் தயாரிக்கப்பட்டாலும், சில சமயங்களில் குழந்தை தலைகுப்புற விழுந்து இறக்கும் நிலை கூட ஏற்படலாம். குழந்தையைக் கட்டிலில் கிடத்தும் போது கட்டில் பக்கங்கள் நிறுத்து கிடக்கும்படி விட்டுவிடக் கூடாது. கட்டிலின் பக்கங்கள் நன்றாகத் தடையாக இருக்கின்றனவா என்று நிச்சயம் செய்து கொண்ட பிறகு குழந்தையை விடவேண்டும். உபரமமான நாற்காலியில் குழந்தையை உட்கார வைக்கும் போது, கீழே விழுந்து விடாமல் தடுத்த முன்னெச்சரிக்கை எகைக்கொள்ள வேண்டும். நாற்காலி குப்புறக் கவிழ்ந்து விடாமல் இருக்குமா எனப் பாரித்துக் கொள்ள வேண்டும்.

குழந்தையைக் குளிப்பாட்டப் பயன்படுத்தப்படும் பிளாஸ்டிக் தொட்டிகள் வாய்கள் ஹலையாக, ஆழமில்லாதவைவாக இருக்க வேண்டும். ஒரு போதும், குழந்தையைத்

பாதுகாப்பானது?

தனிவாகப் பக்கத்தில் வாசுமியிலாமல் பாத்தபீஸ் உட்கார வைத்துவிட்டுச் செல்லக் கூடாது. குழந்தையைப் பக்கெட்டில் உட்கார வைத்துக் குளிப்பாட்டவே கூடாது.

மாடிப் படிக்களம் குழந்தைக்கு ஆபத்து நேரிடலாம் மாடிக்குப் போகும் வழியில் நல்ல வெளிச்சம் இருக்க வேண்டும். படிக்களம் உடைந்திருந்தால் அதனால் குழந்தை தவறியிழ நேரிடும். மாடிப் படிக்களம் ஆரம்பத்தில், சிறப்பக்கத்திலும், மேல் பக்கத்திலும் கதவு பொருத்தப்பட வேண்டும். உட்கார வைத்த குழந்தைக்கும் மாடிப் படிக்களம் எந்தச் சமயமும் வைக்கக் கூடாது. தரை அதிகமாகப் பாஸ்டிச் செய்யப்பட்டதாக இருந்தால், தரையில் விரிப்புக்கள் (அவை எத்தனை கவர்த்திகரமாக இருந்தாலும்) விரிக்கவே கூடாது. கூடியவரை சமையலறைத் தரை மிக எதராக இல்லாமல், இருக்க வேண்டும். எவ்வே சமையலறைத் தரையை அதிகம் பாஸ்டிச் செய்யாமல் வரையு கொள்கொளப்பாக (Rough) விட்டு இருந்து நல்லது.

குழந்தைகளிலும், பால்களிலும் கிரிசுடன் பொருத்தப்பட வேண்டும். குழந்தைக்கு எட்டும் உயரத்திலுள்ள சன்னல்களை, குளிப்பாகத் தெருப் பக்கமாகத் திறக்கக் கூடிய சன்னல்களை எப்போதும் திறக்கக் கொக்கி போட்டு வைக்க வேண்டும்.

தீக்காயங்களும் தீரவிடனால் ஏற்படும் காயங்களும் குழந்தைக்கு மிகச் சாதாரணமாக ஏற்படுவதே. சமைப்பதற்குப் பயன்படுத்தப்படும் பிரஷர் குக்கர்கள் போன்றவைப்படி உள்ள சாமான்களை, கைப்பிடிக்கச் சமையல் மேடையின் வெளிப்புறம் நீட்டிக் கொண்டிருக்கிற மாதிரி வைக்காமல், மேடையின் உட்பக்கம் இருக்குமாறு வைக்க வேண்டும். ஏனென்றால் மேடைக்குகே குழந்தைகள் மூடும் போது பாதிரிங்களின் கைப்பிடியில் இடித்து அவை தவைகுப்புற விழுந்து குழந்தைக்கு அபாயம் ஏற்படலாம்.

குளிர் அதிகமான ஊர்களில் (சாட்டி, கொண்டக்காணல்) நீரூட்டுவதற்காகத் தனிப்

பட்டி, அமைப்பு இருக்கும். இதற்கு முன்பக்கத்தில் எப்போதும் தடையாக இருக்கின்ற இருக்க வேண்டும். இது நல்ல முறையில் பொருத்தப்பட்டு நகர்த்த முடியாமல் அமைக்கப்பட வேண்டும். சில வீடுகளில் இந்த இடத்திற்கு மேலே அலங்காரமாக ஏதாவது முகம் பார்க்கும் கண்ணாடியோ, அல்லது கடிக்காரமோ வைத்திருப்பார்கள். இவைகள் குழந்தைகளைக் கவரக் கூடியவைகளாதலால் குழந்தைகள் இவைகளை எடுக்க முயற்சி செய்யும் போது, தீக்கு மிக அருகில் சென்றுவிடக் கூடிய அபாயம் நேரிடுவதுண்டு. அதைவிட வெப்பத்தை உண்டாக்கும் மும். நீட்டியில் பயன்படுத்தப்படும் போதும் எச்சரிக்கை தேவை. பண்டிகைதாட்களிலுள்ள குளிப்பாகத் தீபாவளிப் பண்டிகைகளில், எல்லா வீடுகளிலும் குழந்தைகள் பட்டாக கொளுத்தி விளையாடுவார்கள். இம்மாதிரியான நாட்களில் குழந்தைகளுக்குப் பருத்தி ஆடைமையே அணிவிக்க வேண்டும்.

கிரோசின், நரை, பாதிரம் போன்றவைகளைக் கத்தம் செய்க உபயோகிக்கப்படும் திரவங்கள், பிளாஸ் போன்றவைகளைக் குழந்தைகள் எடுக்காதவாறு அவ்மாரியில் பூட்டி வைக்க வேண்டும். சாப்பிடுமறுத்துகள், உபயோகிக்கும்சோப்புகள் முதலியவற்றையும் எட்டாத உயரத்தில் வைப்பது நல்லது. குளிப்பாதகாகக் குதீர் எடுத்து வைக்கும் போது குழந்தைகள் தொடாதவாறு வைக்க வேண்டும்.

குழந்தைக்கு வீட்டில் ஏற்படும் எட்டு விதமான அபாயங்களில் ஒன்று கட்டாயமாக விஷத்தினால் ஏற்படுகிறது. தேவைக்கு மேலே மருந்தைக் குழந்தைக்குப் பூட்டுவது (Overdose of Drugs) தற்செயலாக விஷத்தின் மையுடைய செடிகொடிகள், கிருமிநாசினிகள், சமையல் எரிவாயு, போன்றவை ஆபத்தை விளைவிக்கின்றன. மருத்துகள், மருந்துகளில் பெட்டி போன்றவைகளைக் குழந்தைகள் கைக்கு எட்டாதவாறும், பூட்டப்பட்ட அலமாரியிலும் வைக்க வேண்டும். மருத்துகள் மீது கொட்டையான எழுத்துக்களில் மேலின் ஓட்டப்பட வேண்டும். அதிக



தகை சேமிப்புத் திட்டத்தில் சேருங்கள் தங்க நகைகளை பரிசாகப் பெறுங்கள்!



• 200 ரூபாய் கொடுத்து 5500 ரூபாய்
மதிப்புள்ள உயர்த்த 18 'காட்சியம்
ஸாட்டிடு' தகைகள் வாங்குவது எப்படி?
• மேலும் 5000 ரூபாய் மதிப்புள்ள தகை
கள் பரிசாகப் பெறுவது எப்படி?

• சேருங்கள் தகை சேமிப்புத் திட்டத்தில்
ஒவ்வொரு மாதமும் 200 ரூபாய் கட்டி
25 மாதங்களுக்குப்பிறகு 5500 ரூபாய்க்கு
தகைகள் பெறுவீர்.

• சேரும் போது 200 ரூபாய் மதிப்புள்ள
பரிசு பெறுவீர்!

**போனஸ் தகை! 28-வது
மாதம் 200 உறுப்பினர்களில்
85 பாக்ஷெளனிகள் 'லக்கி டிரப்'.
முதலில் தேர்ந்தெடுக்கப்படுவீர்.**

முதல் ஐந்து நபர்	-Rs. 5000 மதிப்புள்ள தகைகள் பெறுவீர்
இரண்டாம் பத்து நபர்	-Rs. 2500 மதிப்புள்ள தகைகள் பெறுவீர்
மூன்றாம் இருபது நபர்	-Rs. 1250 மதிப்புள்ள தகைகள் பெறுவீர்
நான்காம் ஐம்பது நபர்	-Rs. 500 மதிப்புள்ள தகைகள் பெறுவீர்

Jewellers by Choice for Choicest Jewellery



M. Sreenivasulu Chetty

JEWELLERS & DIAMOND MERCHANTS

AC-1, SHOP NO. 1, SECOND AVENUE, ANNA NAGAR, MADRAS-600 040.
Tuesday Holiday (Near Sriyyappa Temple) ☎ 6237787

ADVERTISE

மாண மருத்துகள் காலம் கடந்துவிட்ட (Lapary Date முடிந்தனவ) மருத்துகள் கடனே அகற்றப்பட வேண்டும். குறிப்பாக மாத்திரைகளை டிரஸ்ஸிங் டேயிங் மேலேயோ, கலப்பமாகக் குழந்தைகளால் திறக்கக் கூடிய மேஜை டிராயர்களிலோ வைக்கவே கூடாது. மருத்து மாத்திரைகளைக் குழந்தைகள் - மிட்டாய் என்று நினைத்துத் தின்றுவிடக் கூடிய அபாயம் பற்றி நாம் மிக்க விழிப்புடன் இருக்க வேண்டும்.

செடிகளை அவங்காரமாகத் தொட்டிகளில் வைத்து வீட்டிற்கு வெளியிலும் உள் ளோடும் வைக்கும் பழக்கம் பரவலாக உள்ளது. குழந்தைகள் கண்ணில் கண்டதை வயல்லாம் வாய்க்குள் போட்டு விழுங்கி விடும் காரவம் உண்மையானது. எனவே, குழந்தைகளுக்குத் தாமதமாகவே புத்தி தெரிந்து தொட்டிகளில் வைக்கப்பட்டிருக்கும் சில செடிகள் அபாயகரமானவை என்று புரிந்து கொள்ளும் வயது வரும் வரைக்கும் முன் திறைத்த கள்ளி, சப்பாத்தி போன்ற வகைகளை வீட்டில் வைக்கவே கூடாது.

கிருமிறாசினிகள், பரிஷிச்சு கத்தும் செள்ஷம், நிரவங்கள் பற்றி மிக எச்சரிக்கையாக இருக்க வேண்டும். இனங்களான நாம் சாதாரணமாக அன்றாடம் பயன்படுத்தும் ஐஸில் பாட்டில்களில் அடைத்துக் கண்ணிற்குத் தெரியும்படி வைக்கவே கூடாது. கூடிய வரை, கிருமிறாசினிகள், பிணைல், பாந்திரம் துவக்கும் நிரவம் போன்றவற்றை அணைகளில் ஒரிதிலால் பாட்டில்களிலேயே வைத்து சப்பையாக்க வேண்டும்.

பினக் பாரிஷ்டுகள் சில விடுகளில் துரைக்கு மிக அருகில் அமைக்கப்படலாம். விலாப் புரியாத வயதில் குழந்தைகள் செலாகக் கம்பி போன்றவைகளைப் பினக் செருகுதலுதற்காக இருக்கும் துவாரங்களில் துறைத்து விட்டாலோ, விபரீதம் பேட்கவே வேண்டாம். இம்மாதிரி நாற்காலப் பொருத்தப்பட்டிருக்கும் பினக் பாரிஷ்டுகள் மீது டெப் போட்டு மூடிவிட வேண்டும். பவன் படுத்துவதே இல்லையென்றால் மின்னணைப்புத் துண்டிக்கப்பட்டுவிட வேண்டும். மின்சாதனங்களைப் பயன்படுத்திய பிறகு அலுத்துக் கொள்ளாமல் உடனேயே அகற்றி விடுவது நல்லது. குழந்தைகள் வளர்ந்து விஷயம்புரியும் வயது வரும்போது மின்சாதனங்களை ஏரக்கையால் தொடுவது அபாயம் என்று புரிந்து கொள்ளும் வகையில் கூற வேண்டும். மேலும் குழந்தைகளுக்குப் படுக்கையில் சிறுநீர் சுழிக்கும் பழக்கம் இருந்து விட்டால் Electric Shaver பயன்படுத்தவே கூடாது. துளியவற்றையில் Immersion Bath பயன்படுத்தி நீர் கட வைக்கும் போது குழந்தைகளைத் தனியே விடக் கூடாது.

வளர்ப்புப் பிராணிகளாலும் குழந்தைக்கு ஆபத்து ஏற்படுவதுண்டு. பொதுவாக நாய், பூனை போன்றவை சிதிறதாக இருக்கும்



போதே வீட்டுக்குக் கொண்டுவரப்பட்டு குழந்தையைப் போலவே வளர்க்கப்பட்டு வந்திருந்தால், இம்மாதிரியான நிலையில் அல் வீட்டில் ஒரு குழந்தை பிறந்து வந்தால், போது அல்வீட்டிலார் தங்கள் கவனத்தையும், அன்பையும் குழந்தையின் மீது செலுத்தத் துவங்குவது இயற்கையே. இது அந்தப் பிராணியின் மனத்தில் பொறாமை உணர்ச்சியைத் துண்டிவிடலாம். பொறாமைமால் உத்தப்பட்டு, குழந்தையைக் கடிக்கலாம். நகத்தினால் பிராண்டி விடுவதுமுண்டு. எனவே குழந்தையைத் தனியே வீட்டுவீட்டுப்போகக் கூடாது. காலப்போக்கில், அப்பிராணிக்கு குழந்தை வந்ததால் வீட்டார் தன்னை உதாசினம் செய்யவில்லை என்று இயற்கையான உணர்ச்சி வரலாம். பிறகு குழந்தையுடன் சேர்ந்து அது வினையாட முயற்சிக்கும்.

எனவே குழந்தை வளர்ந்து அதற்கு தானாகவே, இதைத் தொடக் கூடாது ஆபத்து என்ற முறையில் அதிவு வளர்க்கி யுடையும் வரை, இதுபோன்ற சிதிற சிறிய ஆபத்து விளைவிக்கக் கூடிய சாமான்களை வல்லாம் அப்புறப்படுத்தி குழந்தையின் கைக்கு எட்டாதவாறு வைத்து விடுவது மிக நல்லது.

— ராஜி.

**இப்போது, வியம்
ஏறக்குறைய பாதிவிடையிலே...**



பேரச் சலுகை
அளிக்கும் (கேரிபேக்) தூக்குப் பை.



இந்திய சமூகத்தின் பல்வேறு பகுதிகளில் இருந்து வரும் இளைஞர்கள், இளைஞிகளின் கவனம் ஈர்க்கும் வகையில், இந்திய அரசு, இந்திய இளைஞர் தினத்தை கொண்டாடுகிறது. இந்திய இளைஞர் தினம், ஒவ்வாண்டும் மே 12-ஆம் நாளைக் கொண்டாடப்படுகிறது. இந்திய இளைஞர் தினம், 1962-ஆம் ஆண்டு, மே 12-ஆம் நாளைக் கொண்டாடப்பட்டது. இந்திய இளைஞர் தினம், இந்திய இளைஞர்களை, இந்திய அரசின் சேவையில் ஈடுபடுத்தும் வகையில், இந்திய அரசு, இந்திய இளைஞர் தினத்தை கொண்டாடுகிறது.

Druck: 20.000 Stück

செலு	100 மீட்டர் ஸ்பிரிண்ட்
500 மீட்டர்	
கோபிந்தாசுரன்	1.23 மூலக்கிர
25 மீட்டர்	
கோபிந்தாசுரன்	2.0 மூலக்கிர

[illegible]

ஒரு துளி விம் தரும் துவக்கம் அதிகம் பாத்திரங்கள் ஒளிமினுக்கும்

இது பற்றி இனிமேல் பேசுவதே இல்லை என்று தூங்கத் தீர்மானித்து விட்டோம்.

'தூங்க' என்றால் - தூன், என் தங்கை, என் அம்மா, மூன்று பேரும் தூன்.

இருத்தாலும் தினமும் - காலைவிலும், சாயந்திரமும் - இன்னுடன் மல்லுக்கு திற்க வேண்டியிருப்பதால் இந்த விஷயத்தை அதனைக் கவனமாக நோக்கவும் முடியவில்லை. காலையில் என் தங்கை பத்மா கேட்டாள்.

"தெரு முனையில் புதுசா ஒரு டைவர் கூட வந்திருக்கு. இந்தத் தடவை வேணுமானா - அவங்கிட்டக் கொடுத்துப் பாரக் கலாமா?"

இதற்கு தான் பதில் சொடுவதற்குள் - பூதஜயந்தரையில் இருந்தபடி அம்மா, அசைரமாய் குரல் கொடுத்தாள்.

"எது... அந்த ஸ்டார் டைவரா? அவங்க யார் தெரியுமா... பதினாறு வருஷத்துக்கு முன்னாடி - ஒரு தீபாவளி க்காக நான் வாரங்கிள சூயிசா வாயில் ரவிக்னைத் துணிவ தாசம் பண்ணினானே ஆறுமுகம்... அவனோட மூத்த பிள்ளைதான், இந்த ஸ்டார் முதலாளி..."

இந்தக் கையாற்றலார் விஷயத்தில் - எங்கிரு வனையும் விட, அம்மா தேர்ந்த அனுபவ சாஸி...

எங்கக் தெருவில் மட்டுமில்லாது, கூட லாப்பூர், மாம்பலம் - இப்படி சகலமான இடங்களிலும் உள்ள கையாற்றல்களைப்

பற்றியும், டைவர் பற்றியும் பெரிய குறிப்பே வைத்திருக்கிறாள். (இந்தக் குறிப்புகளை எல்லாம் புத்தக வடிவில் தொகுத்தால் - தம்மையே போன்ற ரவிக்னைச் சிபான அளவில் இவ்வாயம் சிரமப்படும் அபவையகளுக்கு மிகவும் ஒத்தாசையாக இருக்குமே என்று கூட தான் தினைத்தேன். ஆனால், அம்மா எல் போசனையை ஒற்கவில்லை. அம்மா வுக்கு மற்ற பெண்களிடம் - அதுவும் - உடம்போடு ஒட்டினார் போன்று ரவிக்னை அணிவும் பெண்களிடம் ரகசியமானக் கோபம் உண்டு.)

இன்னும் பார்க்கப் போனால் - கையாற் காரசின் ஜாதகங்கள், அவர்களுக்கு எத் தவாய்வுகளும் கல்யாணமானது, எத்தனைக் குழந்தைகள் இப்படிப்பட்ட சகலமான விஷ யங்களும் அம்மாவுக்கு அத்துபடி.

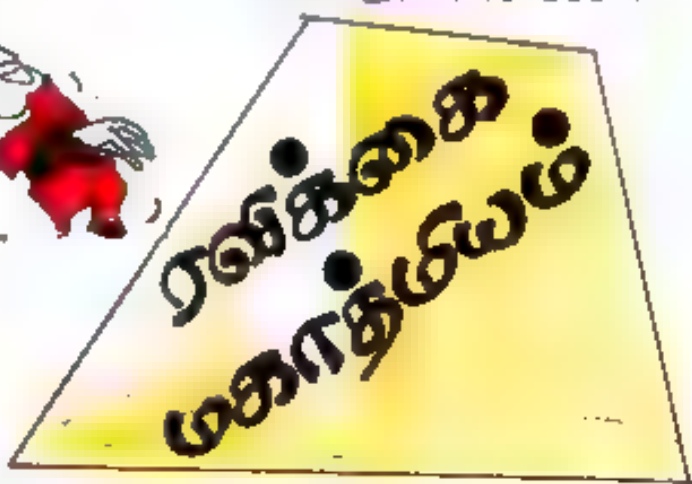
ஒவ்வொரு முறையும் - புதுசா ரவிக்னை கள் கைத்து வந்தவுடன் - நானும் என் தங்கையும் - தெரு முனையிலுள்ள பிள்ளை யாருக்கு சூரர் தேங்காய் உடைத்து விட்டுத் தால் - ரவிக்னைகளைப் போட்டும் பார்ப் போம்.

அதென்னவோ - ஒரு மீட்டர் துணி வாய்க்கிக் கொடுத்தாலும் - எனக்கு டைவர் கைத்திற ரவிக்னை கர்ச்சிப் அளவில் தான் இருக்கும்...

ஒரு தடவை 'முதுகை இறக்கமா வைப்பா' என்று சொன்னதற்கு - முதுகே இவ்வாயம் ரவிக்னை கைத்து விட்டார்.

என் தங்கை வெளியே கிளம்புகிற அங் சரத்தில் - செரிப்பு பிள்ளை வைத்துக் கொண்டு, ஒவ்வொரு கையாற்றலையும் அழுத கண்ணும், சித்திவ மூக்குமாய் பிரிப்பான் பாருங்கள்.... கண்ணாசி.

பேசாம இந்த கஷ்டத்துக்கு ஒரு கையல்



அனாராதா ரமணன்

மிஷினை வாங்கிப் போட்டுட்டா - தாமசு தங்கக் கலாம் பாருங்கோ... பத்தும், பதினஞ்ஞம் அபர தண்டமாக் கொடுத்து, கைதுண்டி கொடுத்து மாநிரி அவுல் ரவிக்கை கைக்கொடுக்கணுக்கு..."

அம்மா, எதற்குமே அத்தனைக் கையாத்திய கைரபாத அப்பாவை கரைத்து - கடைசியில் ஒரு கைவயல் மிஷின் வாங்கிப் போட்டான்.

அம்மா அப்போது கைவயல் கடைசியில் பண பாடத்தில் இருந்தான். பழைய வேஷ்டி எல்லாம் கைக்குட்டைபாக உருமாறின.

ஆறு பீஸ் பாவாடை தான் கைக்கிரேஸ் பேர்லிழி என்று அம்மாவும், அம்மாவின் சினேகிதிகளும் அடித்த கத்து எ ன க் கு இன்னமும் பசையவாய் நிலையில் இருக்கிறது.

இது மாதிரி ஒரு சித்திரை வெயில். அம்மா, தன் சினேகிதப் பட்டாளம் புடைசூழ - கைவயல் கிளக்கதும் போய்விட்டு, வெற்றி மதர்ப்போடு திருப்பி இருந்தான்.

ஒரு சினேகிதி - தானும், என் தங்கையும் அதே ஹாலில் இருப்பதை கொஞ்சமும் பொருப்படுத்தாமல் நிமிஷமாய், புடைவைவை அவிழ்த்து கருட்டி எறித்து விட்டு, புதுசாய் கைக்க உள்பாவாடைவை எடுத்து மாட்டினான்...

"ஐயோ - கை கச்சிதமா இருக்குது..."

"இடுப்பு எ ன் ன் ம ா னுடியிருக்கு பாருங்கோ... கடைசியை வாங்கினா - ஒரு சான் அகலத்துக்கு ஓபன் இருக்கும்..."

"என்னதான் சொன்னு... தாமசு தங்க துணிவுகளை தங்கக் கைவை இருக்கிற திருப்பி - வேற எதுவேயுமே வராது..."

உள்பாவாடை கட்டிய சினேகிதிக்கு, புடைவைவை எடுத்து கத்திக் கொள்ள மனசே வரவில்லை. கோட்டிரேஜ் பிரீரா கண்ணாடி முன் நின்று - கடின்று கடின்று, மயங்கி, மயங்கி பார்த்துக் கொண்டிருந்தான்.

தான் கம்மாளிருத்திருக்கலாம். பெட்டி கோட் கத்தியின் பெரிய சாக்ஸெட் டப்பாலை (இதில்தான் கத்திரி, இஞ்ச் டேப், தொட்டி புக் போன்ற சாமான்கள் இருக்கும்) எடுத்துத் திறந்து பார்த்தேன்.

நீளமாய் ஒரு வெள்ளைத் துணி... பாண்டெஜ் துணி மாதிரி... அதை எடுத்து கத்தி வதும், என் அம்மா தேன் கொட்டிவைத்த போல அவறினான்...

"ஐயோடி... இந்தத் துணி ஏது... உன் கிட்டதான் - பெட்டிரே கோட் தங்கு போக வேற துணியே இல்லையேடி ராஜும்..."

ராஜும் 'திக்'கென விழித்தான்.

"சித்த இருக்கோ... அது இங்கே வச..."

தான் அருகில் போனான்.

"இதப் பாரு... தான் அவசயம் திக்கறேன், என் பெட்டி கோட்யே ஆறு பீஸ் இருக்காணு பாரு..."

"ஒண்ணு... ரெண்டு... மூன்று... நானு..."

தான் எண்ணுவதற்குள் அம்மாவும்,



மற்ற சினேகிதிகளுக்கும் பொறுமை போய் விட்டது.

அவர்களும், நானுக்கை திடுக்கிட்டு வைத்து, குத்து விளக்கைச் சுற்றி வந்து, கும்பியடிப்பது போல் எண்ணினார்கள்.

ஒண்ணு... ரெண்டு... மூன்று... நானு... அருக...

எத்தனை நூற பிரதட்சினம் செய்து எண்ணினாலும் அருகக்கு மேல் ஆறாவது பிணைக் காண்டேயே காதேனாம்.

ஆக, பெட்டியில் இருந்த துண்டுத் துணி தான் ஆறாவது பீஸ்.

"அருக பீஸ்லேயே பாவாடை கைக்க ருடியறப்ப அத்த மச்சர் எதுக்கு ஆறு பீஸ் வெட்டிக் கொண்டா?"

மீட்டியவ் அன்று படுக்கப் போகும் வரையில் - இதற்காக பட்டி மன்றமே நடந்தது. பாவாடை விவகாரமே இப்படி காலை வரீ விட்டபின் தானும் என் தங்கையும் - அம்மா ரவிக்கை கைத்து எப்படி போட்டுக் கொண்டு வெளியே செல்வது என்று ரகசிய மாய் பேசிப் பேசி தொத்து போனோம்.

இருத்தாலும் அம்மா, எங்களை அங் வளவு கையத்தில் விடுவதாக இல்லை...

பிரீராதனை கைக்கும் பவன்படும் வெள்ளை கைகளை விடவும் மோசமானது எங்கள் நிலைமை.

என் தங்கை கொஞ்சம் ஒய்லியான சரீர வாகாக இருந்தபடியால், பூ தெக், ஸ்டார் தெக், ப தெக், ஸுன்னல் தெக் - இப்படி வித விதமான தெக்குகளைக் கழுத்து நெறிக்கப் பட்டான் என்றால் -

என் அனுபவம் தனி.

"வளர்ந்த சரீரம்... எதுக்கும் கத்தனவுவ அரை இஞ்ச் கூட வச்சிடறேன்... இல்லை மின்னா அடுத்தமாசமே இறுக்கி பிடிக்க ஆடம்பரிச்சிரும்..."

"ஸ்டலர்தான் எத்தனை மீட்டர் துணி வைக் கொடுத்தாலும், குரங்குக் குட்டிக்குச் சட்டை கைக்கிற மாதிரி தச்சிடறான் - தாமசு



தைக்கறதுதான் நம்ம இஷ்டப்படி வைக்கலாம்...

"முத்தா நான் கேஷியர் வீட்டு மாமி கூட சொன்னா... ரஸிக்கையில் எங்கே இருந்துப் பிடிக்கிறது. ஒழுங்காததானே இருக்குன்னு டைலர் கேட்டப்ப, நாகைப் பிடுங்கிட்டு சாகலாம் போல இருந்ததாம். நான் பக்கம் கையல் இருந்துண்டு. மூச்சை விட முடியாம இருக்குங்கறதை எப்படி வெட்கத்தை விட்டுச் சொல்ல முடியும்... இதுக்குத்தான் நாமே வைக்கறதுங்கறது நல்லதுங்கறேன்..."

ஆக, நான் இருபத்தி நாலு மணி நேரமும் குடு குடுப்பைக்காரன் மாநிரி திண்டேன்.

'வொட வொட'வென இருக்கும் ரஸிக்கையை வேலை வெணக்கெட்டு பிடித்து வைப்பதை விட - இன்னும் ஒரு பிடி சாதம் சாப்பிட்டு, ரஸிக்கைக்கேற்ற அளவுக்கு உடம்பை பெருக்க வைப்பது எனக்கு கவலமாகப் போயிற்று.

அம்மா வைப்பதை நாங்கள் அப்பிகேரிக்கத் தொடங்கிய பின் - வீடு முழுக்க உடம்பு, கை, இடுப்புப் பட்டி என கலர் கலராய் துணிகள் இறைபட ஆரம்பித்தன.

அம்மா, டைலரைப் பார்த்து எதைக் கற்றுக் கொண்டாபோல இல்லையோ - பளிச் பளிச் சொந்த துணிகளை வெட்டி - அப்படியே கருட்டி ஒரு தடவையாகப் பட்டி - அலமாரியைப் பார்த்துவிட்டு எறியக் கற்றுக் கொண்டு விட்டாள்.

ஒரு முறை திபாவனிக் கு ரஸிக்கை வைத்து, சொன்ன தேதியில் கொடுக்க வியலையென - டைலரை மாறு கால், மாறு கை வாங்குகிற அளவுக்குக் கொடுத்தப் போன நாங்கள் - போன திபாவனிக் கு வாங்கிய ரஸிக்கை துணிகள் இந்த திபாவனி வத்தும் வைக்கப் படாமலேயே வெட்டி கருட்டிப் போடப் பட்டிருப்பதைக் கண்டும் பேசாமல் இருக்க கற்றுக் கொண்டோம்.

ஒரு முறை - என் இன்ஜினியர் நம்பி, ஆபீசுக்கு விளம்புகிற அவசரத்தில் கை

குட்டை தேட - என் தங்கை கைக்கு விடைத்த வெண்ணைத் துணியை மடித்துக் கொடுக்க - மகா சாத்த சொஸ்யியான அவன் - சாயத் திரம் விட்டுக்கு வந்ததும், வாங்கித்துக்கும் பூமிக்குமாய் குதித்தான்.

"காச்சேய் இல்லையென்னா - இல்லை என்று சொல்ல வேண்டியதுதானே? அதை விட்டுட்டு இப்படி ஒண்ணைக் கொடுத்து, என்னை அவமானப் படுத்துணுமென்று எந்த தனை நானாத் திட்டம் போட்டிருக்க?"

அவன், எங்கள் முகத்துக்கு எதிரே - கைவிடுகிற வெண்ணைத் துணியை கதறிக் காட்டினான்.

அது -

என் தங்கைக்காக அம்மா வெட்டிய ரஸிக்கையில் உடல் பகுதி...

ஆபீசில் நாலு பேரெதிரில் கதறிய போது, எப்படி இருந்திருக்கும் அவனுக்கு? அன்றிலிருந்து அவன், கைக்குட்டை எடுத்துப் போதும் பழக்கத்தையே விட்டு, விட்டான்...

அம்மாவின் கையைப் பிடித்து, கானைப் பிடித்து கை கையவை நிறுத்துவதற்குள் நாங்கள் பட்டி பாடு - எங்களுக்குத்தான் தெரியும்.

இப்போது மறுபடியும் டைலர் கடை... புடைசுவைக்கு மேட்டில் பிளவுல் வரக் கியும் சமயத்தில் போட்டுக் கொள்ள முடியாமல் போய்விடும்.

ஒன்று - அளவு சரியாக இருக்காது.

இரண்டு - அளவு சரியாக இருந்து விட்டால் - அமைதியே போட்டு போட்டு - ஒரு வழியால் சாயம் போய் கிறியும் வரையில் உபயோகித்து தார் தாராக்கி விட்டுத்தான் மறு வேலை பார்ப்போம்.

ஒவ்வொரு புடைசுவைக்கும் தகுந்த மாநிரி ஒரு ரஸிக்கைத் துணி வாங்கினாலும் கடைசியில் ஒரு அவசரத்துக்காக கொண்டுப்பது ஒப்பு ரஸிக்கையோ - இல்லை வெள்ளையோதான்.

அதுமே என் தங்கைவிடம் கி. பி. கி. மு என்பது போல பெ. மு. பெ. பி. ரஸிக்கைக் கூட உடை உடை இறுக்கிறது.

பெ. மு - பெருப்பதற்கு முன்.

பெ. பி. - வெகுந்த பின்.

இப்போது என் தங்கைப் பெண் - ஜூனியர் குடு குடுப்பைக்காரன் மாநிரி திந்தினான்...

அவன் அம்மா, 'தாராளமாய் இருக்கட்டும்... வசனுகிற சீரெந்தானே' என்று மானாவாரியாய் லூஸாய் வைத்து விடுகிறானாம்...

பதில் பதில் உடம்பிபாடு வைத்து வைத்துத் தாத் போல ரஸிக்கை போடுபவர்களைக் கண்டால் - அம்மானைப் போல எனக்கும் பொறாமையாக இருக்கிறது -

தல்ல டைலராக இருத்தாய் சொல்லுங்கனேன்.

சுவைக்கு தரும் அதிகம்
குழந்தையின் உணவின்
பகுதியாக அமைகின்றதும்

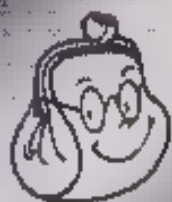
ஃபாரெக்ஸ்-வெஜ்
மட்டுமே பருப்பின்
நற்பயன்கள் அடங்கியதாகும்.



சுவைக்கு தரும்
அதிகம் குழந்தையின்
உணவின் பகுதியாக
அமைகின்றதும்
ஃபாரெக்ஸ்-வெஜ்
குழந்தைகளுக்கு
சுவைக்கு தரும்
அதிகம் குழந்தையின்
உணவின் பகுதியாக
அமைகின்றதும்
ஃபாரெக்ஸ்-வெஜ்
குழந்தைகளுக்கு
சுவைக்கு தரும்
அதிகம் குழந்தையின்
உணவின் பகுதியாக
அமைகின்றதும்



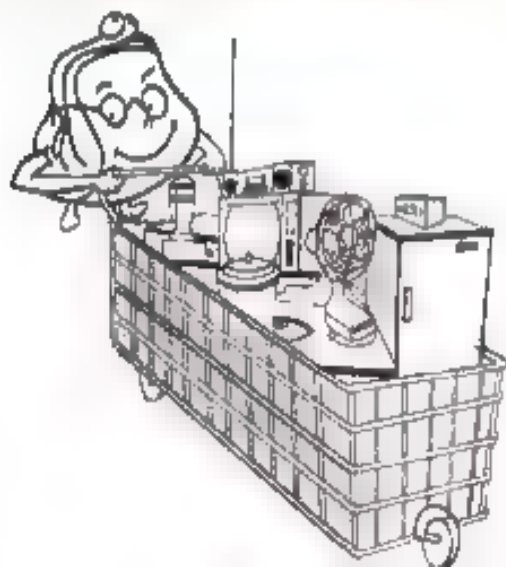
ஃபாரெக்ஸ்-வெஜ்
சுவையுடன் வளமும் வளி.



ரெடிமணி
ஷாப்

**ரெடிமணி பெயரில்
விற்பனை உரிமை.**

**உங்கள் உயரில் சிறந்த கடை,
உங்களுடையதாக இருக்கட்டும்...**



பெட்டிவிறகங்கள், ரெடியிமனிரெட்டர்கள், திரைக்காட்சிகள், அழகு சாதனங்கள், வைபவப்பொருள்கள், கு-இல்-ஹம்... பொருள்பாதுவாக உபயோகப்பாடுவதற்கு வசதியாக உருவாக்கப்பட்டன. அவை அத்தனையும் உங்கள் கடைகளில்... உங்கள் ஊர்களில்!

பிரசித்தி பெற்ற ரெடியமனி பெயர்கள், உங்கள் கடைகளில் புதுத் தாள் முழுதும் பரவும்.

இது, துருவோருக்கான திட்ட உதவி மற்றும் துருவோருக்கான பொருள்களை விற்பனை செய்வதில் முன்னோடியாகத் திகழும் ரெடியமனி வழங்கும் புதிய வியாபாரத்தைத் திட்டம்

நித்தம் போகும் பரவலாக அமைப்பு 355 புதிய ரெடியமனி கடைகளில் திறக்கும்

ஊர் அங்கம்

நித்தம் போகும் முன்னணி தளரீப் பாதுகாக்கி தரமான பொருள்கள் மற்றும் ரெடியமனிக்கு உரிய நேரத்தெடுத்த, விரிசைப் பொருள்களையும் உண்டு.

விநியோக தகவல் வாடிக்கையாளர்களுக்குப் பல பொருள் வண்பு

பற்றிய எல்லாத் தகவல்களையும் தரும், ஒரு விரிசைப் 'மெட்' கடை.

நிதம்புத் தளரணங்கள் ஒவ்வொரு வகைக்கிழமைகளும்...

குறிப்பிட்ட பொருள்கள் மீது வழங்கப்படும் இந்த 'வகைக்கிழமை நிதம்புத் தளரண' ரெடியமனிக்கு விரிசைமாதும்.

பொருள்களைத் தாதுதல் வாரி வாடிக்கை வாரிசுகளில்

வதிப்பாடுபவருக்கு வற்றப்படி இயைபெய்தலாம் (உத்தரவாத காலத்தில்) வதிப் பொருள்களும் மாத்திரிக் கொள்ளலாம்.

அதிவேக விற்பனை துருவோருக்கான பல்வேறு வகைகளான

வாங்க 20 வட்டம் பேரி வத்திருக்கிறார்கள்.

50,000 ரெடியமனி உதரப்பினர்கள்... இவர்களும் உங்கள் வாடிக்கையாளர்கள்தான்.

ரெடியமனிக்கு திட்டம் உங்கள் வியாபாரம் உங்களுடைய பெருக உதரம்.

ரெடியமனி வியாபாரத்தைத் திட்டத்தில் நிதம்பு அங்கங்கள்

- புதுபெற்ற தளரீப்பாதுகளில் தரமங்க பொருள்கள்
- பொத்தமாத, ஒருமுறைப்படுத்தப்பட்ட பொருள்கள் முறை
- குறைந்த விலைகளில் பொருள்களைப் பெருதல்
- கடை, அமைப்பு மற்றும் வாடிக்கையாளர் சேவைகளாக தகவல்கள்
- கடைகளில் விற்பனைக்கும், விற்பனைக்குப்பின் சேவைக்கும் பணிபுரிவதற்கான பரிசீலி
- விற்பனை மேம்பாடு மற்றும் விளம்பரங்களில் பக்க பணி
- வாடிக்கையாளர்களில் தகவல்களை ரெடியமனி தகவல்கள் முறை மற்றும் உங்கள் திட்டம்
- பொத்த விலைகளில் தளரீப்பாதுகளில் அங்கிக்கும் தகவல்கள், பெயர் உரிமை பெற்ற விற்பனையாளருக்கு விரிசை விற்ப்பாடு வழங்கப்படும்.

உங்கள் கடைகளில் திறக்கும் புதுப் பெரு, இந்த அரிசை வாய்ப்பை தரும் விடாதினம். மிகவும் வாய்ப்பான இந்த வத்திப்பாதுகள் பண்படுத்தித் கொள்ளுங்கள். விண்ணப்பம் படிவங்களைப் பெறு, 13 நாட்களுக்குள் வத்திக்கு வத்திங்கள்!

வகைக்கிழமை வத்தித்

ரெடியமனி வத்திப்
115 வத்தித் வத்திக்குள்ளும் வணம்,
வெண்மை 800 004
வெண்மை: 847385, 847389, 842020

Readymoney FRANCHISE SCHEME

ரெடியமனி வியாபாரத்தைத் திட்டம்

உங்கள் பெருமை
கடை முழுதும் பேசுக்கும்.



பஞ்சுனி, சித்திரை வெளியில் சற்று சிரமத்தின்ப பார்ச்சாமல் விட்டுக்குத் தேவை வான வற்றல், வடக்கில் தவார் சென்று விட்டால், காய்வி விவை வரவாறு அனாத அளவு விவை உலரும். ஆடி, ஆகஸ்ட் மாதம் களில் குளிர் மழை தாட்களில் தெம்பாக இருக்கலாம்.

வற்றல் செவ்வ புது அரிசிதான் சற்றது. பொன்னி, 2408 போன்ற சன்னை ரக (தென்) அரிசி வகைகளில், சி. ஓ. 35, 1003, இ. ஆர். 30 போன்ற அரிசி வகைகளை சிவாத்திய மாக இருக்கும். பழைய அரிசி என்றால் வற்றல் காணும்! பொரித்தால் வெண் மையில் மின்னலடிக்கும் 'பஞ்' போன்றது புது அரிசியே.



உட சேர்க்காமல் அளரத்து தேன்குழல், அய்லது ஓம்பப்பொடி அச்சில் பிழிய வேண்டும்.

தயை வெளில் வரும். முற்றம் அய்லது மொட்டை மாடியில் கத்தமாய்ப் பெருக்கி விட்டு, சுதவாய் சுதவாய் புடைவை, காட்டல் வேஷடி, பிளாஸ்டிக் தான், பிரித்த டூரிங் சாக்கு இவற்றில் எதை வேண்டுமானாலும் கருக்கமில்லாமல் விரித்து, நாலு முகையிலும் கருட்டிக் கொள்ளாதபடி வெயிட் வைத்துப் பிறகு பிழிய வேண்டும்.

சுழ் வற்றல் - 1

பச்சரிசி 1 கிலோ, ஜவரிசி 100 கிராம், பச்சை மிளகாய் 1 கிராம், எலுமிச்சை பழம் 2, உப்பு 1 கைப்பிடி, பெருங்காயம் கண்ணாடக்காயளவு, குதலில் பச்சரிசியைத் தேய்த்துக் களைத்து 1 மணி நேரம் களிப்பில் வடிவவிட்டவும். இடிப்பதற்கு உதவி ஆள் இருப்பவர்கள், மாலை இடித்துச் சலித்துக் கொள்ளவும். மற்றவர்கள் அரிசியை உயர்த்தி, ஜவரிசி கலந்து மில்லில் அளரத்துக் கொள்ளவும். அடுப்பில் அடிசைமாலை பாத்திரத்தில் 1 லிட்டர் தண்ணீர் வைக்கவும். பச்சை மிளகாய், உப்பு, பெருங்காயத்தை எறையா அளரத்து ஐயில் வடிவட்டியில் வடிவட்டவும்.

எலுமிச்சைப்பழத்தை தூக்கி கொட்டை நீக்கிச் சாறு பிழித்து பச்சை மிளகாய் கலவையில் கலக்கவும். அடுப்பில் உள்ள நீர் தளதள என்று கொதிக்கும் போது சீழே இறக்கி, மாலைவும், எலுமிச்சை, மிளகாய் கலவையும் கலந்து கிளறி பெரிவ தால் பாளத்தினால் முடவும். அளர மணிக்குப் பிறகு கட்டி முட்டியாக இருக்கும் மாலை அய்லி அய்லது மின்னலில் கொஞ்சம் கொஞ்சமாய் கட்டி இல்லாமல் சிற்று தண்ணீர்

வற்றல்

ஓம்பப்பொடி, தேன்குழல் அச்சு பிழியும் போது சற்று அடிட்டிப் பிழிய வேண்டும். மொத்தவாய்ப் பிழித்தால் உள் சரம் இருக்கும். சிறிப் பொறிவது இல்லை.

சுழ் வற்றல் - 2

குதலில் குதிப்பிட்ட அளவு சாமான்கள் பச்சரிசியைக் களைத்து கல்துறையில் அய்லது கிளரட்டரில் அளரத்துக் கொள்ளவும். 1 கிலோ அரிசிக்கு, 25 கிலோ கொள்ளும் பாத்திரம் வற்றல் கிளர தேவை. அடிசை மாலை பாத்திரத்தில் (10 லிட்டர், 15 லிட்டர் குக்கர் 1 கிலோ அரிசி கிளர) 1 லிட்டர் தண்ணீர் வைக்கவும். பச்சை மிளகாய், உப்பு, காயம் இவற்றை அளரத்து, எலுமிச்சைச் சாறு கலந்து கலக்கவும். தண்ணீர் கொதிக்கும் போது, ஜவரிசியைப் போட்டு, அளரத்து வைத்த மாலைவும் கொட்டிக் கிளரவும். தன்கு வெத்ததும், (வெத்து விட்டால் கலவைத் தண்ணீர் தளத்து, கலவைத் தொட்டால் கையில் ஒட்டாது. சுழ் பன பனப்பாய் இருக்கும்) இறக்கி, சற்று ஆறி வதும் எலுமிச்சை, மிளகாய் கலந்து, எல்லா சுழிலும் காசும், புனிப்பு பரவும் படி 10



நிமிடம் கிளறிச் சுவத்து பின் பிழிய வெண்
கும். இத்தக் கூழ் கடக்கட சாப்பிட ஏக
குசியாய் இருக்கும்.

கூழ் வற்றல் - 3

(மேற்சொன்ன சாமான்கள் - எழுமிச்சம்
பழம்)

பச்சரிசியை முதல் நாள் இரவு ஊறப்
போட்டு, களைந்து அரிசியின் மேல் 1
அங்குலம் தண்ணீர் நிற்கும்படி வைக்கவும்.
மறு நாள் அந்தத் தண்ணீரை விட்டு, அரிசி
வைக் காஸையில் வெண்ணெய் போல்
அரைத்து, ஒரு பாத்திரத்தில் தோரை மாவு
பதத்தில் கரைத்து அள்ளி வைக்கவும். இரவு
ஜுவரிசியைத் தேவையான தண்ணீரில்
ஊறப் போட்டு வைக்கவும்.

மறுநாள் காஸையில் பச்சை மிளகாய்,
உப்பு, காளம் அரைத்து, வடிக்கடி எடுக்



கவும். அடிக்கையான பாத்திரத்தில் தண்ணீர்
வைத்துக் கொடுத்ததும் ஜுவரிசி, அரிசி
மாவு, பச்சையிளகாய் கொட்டிக் கிளறி
கெந்ததும் இறக்கி வைக்கவும். வெவிலிய்
பிழியவும், ஒம்பப்பொடி, தேன்குழல் அச்சில்
பிழிந்தால் ஒரே நாளில் உலர்ந்து விடும்.
துணி, பிளாஸ்டிக் தாளிட்டுப் பிழிந்தால்
அன்று மாஸாவே எடுத்து விடலாம். துணி
யில் பிழிந்தால் பின் புறம் வேசாய் நீர்
தெளித்து பிறகு எடுத்தால் உடைவாமல் ஒட்



டாமல் வந்துவிடும். மறுநாள் வெள்ளைத்
துணியில் பருவலாய் உலர்த்தி, டப்பாக்
கணையும் வெவிலியில் வைத்து, டப்பாக்களில்
எடுத்து வைத்து காற்றுப்புக்காட்படி முடி
வைக்கவும்.

கூழ் வற்றல் - 4

பச்சரிசிக்குப் பதில் புழுங்கல் அரிசி உப
யோகிக்க வேண்டும். ஜுவரிசி தேவை
இல்லை. முதல் நாள் இரவு ஊற வைத்து,
மறுநாள் காஸை அரைத்து, அடுத்த நாள்,
பச்சை மிளகாய், உப்பு அரைத்துக் கலந்து
கூழ் கிளற வேண்டும். இத்தக் கூழும் சாப்
பிட மிக குசியாக இருக்கும். ஒற்றைக் கண்,
யகிழம்பூ தட்டு போட்டு பிழியும் கூழ்வற்றல்
கள் நீளநீளமாய் வறி வறியாய்ப் பிழியலாம்.
இவ்வற்றல்கள் பிழித்த அன்று மாஸை அரை
உலர்த்தலில் சாப்பிட அமர்க்களமாய் ருசித்
கும்.

பப்பாளி கூழ் வற்றல், பூசணி கூழ்
வற்றல், வெங்காயம் கூழ் வற்றல்

இவ்வற்றல் வகைகளுக்கு, மாவு புளிக்க
வைத்து கூழ் தயாரிக்கும் முறையில் கூழ்
தயாரிக்க வேண்டும். பப்பாளியை விதை,
தோலி நீக்கி, சிறு துண்டுகளாக நிறுத்திக்
கூழில் கலந்து, சிறு சிறு உருண்டைகளாக
உருட்டி வைக்க வேண்டும். 1 கிலோ அரிசி
கூழ் தயாரிக்க 1 கிலோ பப்பாளிக்காய்
தேவை. பூசணி கூழ் வற்றல் செய்ய இதே
விதம் தான். பூசணியின் குடல், விதை,
தோலி இவற்றை எடுத்து வைக்கவும்.

தீர்ப்பண்டம் ஆதவால் முதல் நாள்
இரவே நிரூத்தி, ஒரு வெள்ளைத் துணியில்
முடித்து அகவமான தாம்பாளத்தில்
குறுக்கே இரு கரண்டிகள் தடுப்பு வைத்து,
மேலே கனமாய் அழுத்தம் வைத்து வைக்க.
பூசணியின் தண்ணீர்ச்செத்து தாம்பாளத்தில்
இறங்கும்- (அந்தத் தண்ணீரில் ஒரு கொத்து
மிளகாய் வற்றல், கொத்துக் கடவை 150,
கிராம், உளுத்தம் பருப்பு 150 கிராம், து.
பருப்பு 150 கிராம், பெரிய காராமணி 150



கிராம் ஊதாவத்து, பூசனி, பீதாசி, குடம், விசைபுடன் கல்வரையில் அரைத்துச் சிறு சிறு உருண்டைகளாக வெவிலில் உருட்டி வைக்க வேண்டும். இது கதிகாய் வற்றல். கட்டிக் கொடுத்தும் பொரித்துப் போடலாம். மோர் சாதத்துக்கும் பொரித்துத் தொட்டுக் கொள்ளலாம். பூசனியையும் கழுடன் வைத்து சிறு உருண்டைகளாக உருட்டி வைக்க வேண்டும். இதை போல் 1 கிலோ பெரிய வெங்காயம் பொடிப் பொடியாய் நறுக்கிக் கலந்து உருட்டி வைக்கலாம். இம்முன்று உருண்டை வற்றல்களும் கரகரப்பாய் குதியாய் இருக்கும்.

கோதுமை வற்றல் - 1

மொட்டை கோதுமை எனப்படும் பஞ்சாய் கோதுமை 1 கிலோ, எலுமிச்சம் பழம் 2, பச்சை மிளகாய் 25 கிராம், உப்பு. கோதுமையை முதல் நாள் இரவே ஊதாவத்து, மறுநாள் விடிவானையில் அரைத்து, இரண்டு மூன்று முறை பால் பிழித்து, கிணறும் பாத்நிரத்தில் எடுத்து வைக்கவும். பால் தெளித்ததும் இறுத்து எடுத்து வைக்கவும். அடியில் படித்துள்ள கோதுமை மாவுடன் அரைத்த பச்சை மிளகாய் உப்பு விழுது வைத்து கிணறவும். மிக் கிணறவில் வைத்து விடும். ஆறியதும் எலுமிச்சம் பழம் பிழித்து, ஒம்பொடி அச்சில் பிழியவும். ஒரே தாளில் உலரும். வெண்ணை வெண்ணெய் 7 டிராபும், வாயில் போட்டால் கரையும்.

கோதுமை வற்றல் - 2

மேற்கூறிய முறையில் சாமான்கள் வைத்துத் தயாரிக்கவும். தெளித்த நீரை இறக்காமல், கஞ்சி போல் கூழ் தயாரிக்கவும். ஆறியதும் எலுமிச்சம் பழம் பிழித்து கரண்டி கரண்டியாக துணி, பி. தாளிய், விடவும். வட்டவட்டமான இந்த வற்றலும் குதியாக இருக்கும்.

கோதுமை வற்றல் - 3

மேற்கூறிய இருவகைகளிலும், உப்பு, காரம் போடாமல் கூழ் தயாரித்து வற்றல் தயாரிக்கவும். பொரித்து எடுத்ததும், மேலே சர்க்கரை தூசி, வைத்தால் குழந்தைகள், இனிப்பும் சிரியர்கள் ரசித்து உண்பார். பத்தியமாய்ப் பால் சாறும் சாப்பிடு, இதைத் தொட்டுக் கொள்ளலாம்.

ஜுவரிசி வற்றல் - 1

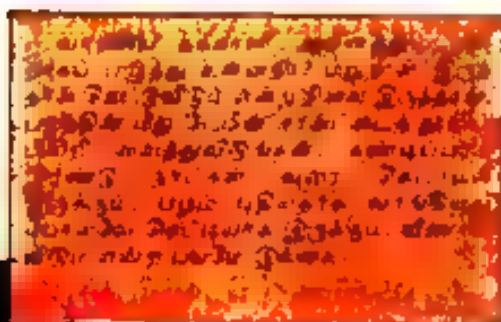
ஜுவரிசி 1 கிலோ, அரிசி மாவு 100 கிராம், பச்சை மிளகாய், உப்பு தேவைவரான அளவு. எலுமிச்சம் பழம் 1.

ஜுவரிசியை கல்மண் பொறுக்கி விடிவானையில் தேவைவரான நீர் ஊறப் போடவும். பச்சை மிளகாய், உப்பு வைத்து அரைத்து, எலுமிச்சம் பழம் பிழியவும். 1 கிலோ ஜுவரிசிக்கு 2½ லிட்டர் தண்ணீர் வைத்து, தண்ணீர் கொடுக்கும் போது, ஊறிய ஜுவரிசியைக் கொட்டிக் கிணறி, அரிசி மாஸையும் கரைத்துவிட்டு, கஞ்சி போல் இருக்கவும். சற்று ஆறியதும் ஜாம் பதமாய் இருக்கும்.

எலுமிச்சம் பழம், மிளகாய் இவை வைத்து கலக்கி, சுப்பளால், கிரீத்த யோகை டிக் தான், (அ) துணியில் சிறு சிறு வட்டமாக ஊற்றவும். இதில் கலர் சேர்த்து செய்வலாம். பொரித்து எடுத்தால் கண்ணுக்கு அழகாக இருக்கும். பொறுமை இருப்பவர்கள், தடுவிலி சிறுவட்டம் மஞ்சள்திறம், பிறகு ஆறு வட்டம் பூவின் இதழ்போல் ஆறு திரை விட்டுச் செத்து, உலர்த்ததும் எடுத்தும் போது கலவையாய் எடுத்து வைத்தால் பொரித்து எடுக்கும் போது பூப் போல் இருக்கும். ஜுவரிசி வற்றலுக்கு முதல் நாள் இரவே கூழ் தயாரித்து வைத்து மறுநாள் சற்று ஜலம் சேர்த்து கரண்டியால் வட்டமாய் விடலாம். (இம் முறையில் அதிக அளவு வற்றல் காணும்.) அல்லது அச்சில் வைத்து (ரிப்பன் பகோடா அச்சு) பிழித்து, அரைப்பதத்தில் சிறு சிறு கருளாகச் சுருட்டி காயவைக்கலாம். இதுவும் பொரித்தால் அழகாய் இருக்கும்.

ஜுவரிசி வற்றல் - 2

ஜுவரிசி ½ கிலோ, பச்சரிசி ½ கிலோ, உப்பு, பச்சை மிளகாய், முதல் நாள் இரவே ஜுவரிசி, தனியாக, பச்சரிசி தனியாக ஊதாவத்து காளையில் இரண்டையும், உப்பு பச்சை மிளகாயுடன் அரைத்து மறுநாள் கஞ்சி போல் தயாரித்து சுப்பளால் மேற்கொண்ட முறையில் வட்டமாய் வற்றல் செய்வலாம். இது மாவே புளிப்பதால் சுப்பளாக 3½. ஆனால் முதல் வற்றல் போல் வெண்மையாய் இல்லாமல் வேராய்



பெண்களின் உற்ற தோழி எக்ஸ்பிரஸ்ஸோ



ரைஸ் குக்கர்

ஸ்டீல் பீல்டர்

ரைஸ் குக்கரில் தனிப்பட்ட முறையில் வடிவமைக்கப்பட்ட பீல்டர். சாதத்தில் கஞ்சியை வடித்து, மென்மையான குடியான சாதத்தை தருகிறது.

ஒரே மூலம் தட்டிலிருந்து தயாரிக்கப் பட்டது. இதல் செடியில்லாத பரிசோதிக்கப் பட்டது. அதிக கவனாரமானது.



சுராவலிங் செட்



மில்க் பாய்லர்

STAINLESS STEEL
Espresso



இடல் குக்கர்

Mfd by: J.K. METALS

199, Mint Street, MADRAS-600 005.

Phone: 568800

பழப்பு திரைகள் இருக்கும்.

அவல் வற்றல்

அவல் 1. கியோ, உப்பு, பச்சை மின்காய், ஜுங்லரிசி 16 கியோ, எலுமிச்சம் பழம் 2 ஜுங்லரிசியைச் சத்தம் செய்து, கஞ்சி போல் ஜாம் பதம் தயார் செய்வதும் அவல் உ-சத்தம் செய்து ஒருமணி நேரம் கறவைத்து, பிழிந்து எடுத்து, உப்பு பச்சை மின்காய்கள் அரைத்து, கொறி வைத்த ஜுங்லரிசி கூறில் கலந்து எலுமிச்சம் பழம் பிழியவும். சிறு உருண்டைகளாக உருட்டி வைக்கலாம். அவ்வது அச்சில் வைத்துப் பிழியலாம். ஜுங்லரிசியை முதல் நாளே கறவைத்துத் தால் எலுமிச்சம் பழம் பிழிய வேண்டும்.

தனிமை வடாய் (அ) இலை வடாய்

ஜுங்லரிசி கப்பெஷல் ஆன இது. குழந்தை பெற்றவர்கள் னடபாய்வு ஜாண்டிஸ் வந்து குண்மாவார்கள். எனில் திரைக்க இவலாத நோயாளிகள், வயோதிகர்களுக்கு மிகவும் நல்லது. ஒரு கியோ அரிசிக்கு 100 கிராம் ஜுங்லரிசி 1 கியோ அரிசியை (பச்சரிசி) முதல் நான் காவையில் கறப்போட்டு, மாலை 7 மை போல் அரைத்து வைக்கவும். மறுநாள் காவையில் மறுபடி வெண்மென் போல இறைய அரைக்கவும். அரிசி கறப்போட்ட ஆள்நே, பாதாம் இலை அல்லது வானது இலை கிழ்ச்சுக்கள் (ரொம்ப முற்றியோ, ரொம்ப துளிநேர கூடாது) சுமார் 50 (1 கியோவிற்கு) எடுத்து அவல், துடைத்து, சிறு துளியில் தன்மென்மென் தொட்டு துடைத்து, ஒரு பவகை மேல் அடுக்கி மேயை மற்றொரு பவகை வைக்கவும். அதனால்தான், சமைமால் சூக்கும். ஓரத்தில் வளைவை இல்லாமல் இருக்கும்.

மாவு அரைக்கையிலேயே உப்பு போடவும். ஒரு கைப்படி ஓயும்வரையில் ஜுங்லரிசியை மாவில் கலந்து கொண்டு, அடுப்பில் துவிவானலையில் திறைய ஜலம் வைத்து, மேயை வடாய் தட்டு (இல்லாதவர்கள்) கொழுக்கட்டை போக வைக்கும் தட்டு... அவ்வது மாவு கல்லடை கவித்துப் போட்டு, தண்ணீர் கொதிக்க ஆரம்பித்ததும் அப்பளக் கல்மேல் இளையை வைத்துக் கொண்டு ஒரு கப்பல் மாவு எடுத்து, காட்டமாய், மெய்ப்பதாய் வடாய் எழுதி (தயாரித்து) ஆலையில் வேக வைக்கவும். ஒன்று வேகவும் ஒன்று தயாரிக்கவும் சீவாய் இருக்கும். இது காவையிலேயே செய்வ வேண்டும்.

பத்து இருபது வடாய் தயார் ஆனதும் இளையோடு வெயிலில் வடாடவும். அரைமணி வெயிலில் டிரைட் பிள் எடுத்து வந்து எளிதில் இளையை விட்டு உரித்து, வடாய் களை அடுக்கி மேயை சிறு மரப்பவகை பாரம் வைக்கவும். கடுக்கம் இல்லாமல் வடாய் இருக்கும். உரித்த இலைகளையும்

உரித்தவற்றைப் பிழிவதற்காகக் கரும. அவலம் காவைப் பாரவைச் செய்யுது இருக்கம். பானகம் கறப்பபது பெரிய இளையோ? எனநே நோக்கும். கஞ்சையுடன் கப்பெஷல் வற்றல் தக்கி இல்லாமல் கறக்கப்பட்ட தீவில் போட்டால் பானகம் கறக்க, பானகத்தை சாப்பிடுபவர்களுக்குத் தோஷம், ஏலத்தோஷம் வரலிவதும் தடுத்து அவலியெபறவர். இதற்கு மாற்றம், கஞ்சையும் ஏலத்தையும் தடுத்து பெரிய செய்து, ஒரு கத்திரை வெண்ணைத் துளியில் கலந்து வெய்த தீவில் போட்டுவிட்டு, கரிநீர் கொடுக்கும் சமயம் அசெறு நுட்பவை காவால் கசக்கி எடுத்து விடுவதன், அவலிவத ஆனத்தமாத் பானகத்தையும் இருக்கம்.

- ராஜம்.

மேயை பாரம் வைத்து வைக்கவும். இப்படியே எல்லா மாவையும் வடாய் தயாரித்து வெயிலில் உலர்த்தி. அரைக்காய்ச்சலில் உரித்து, கடுக்கம் ஓரங்கலில் வளைய இல்லாமல் பாரம் வைத்து, அரை மணி கறித்து, மறுபடி வெண்ணைத் துளியில் உலர்த்தி எடுத்து வைக்கவும்.

சற்று சிறுமப்பட்டாலும் உடம்புக்கு நல்லது. பெரித்தால் மிகவும் பெரியதாய் பொரியம் (எண்ணெய் துக்காது) காய்ச்சிச் சாப்பிட்டால் உடம்புக்கு நல்லது. ஒமத்திற்கு பதில் சேகம் உபயோகிக்கலாம். பச்சரிசிக்குப் பதில் புளுங்கல் அரிசி உபயோகிக்கலாம். இது கடக்கட டிபனாவும் சாப்பிடலாம். பச்சை மின்காய், உப்பு பெருங்காயம் அரைத்து இதில் கலத்து வடாய் தயாரித்தால் தவிரல் இருக்கும். இதே போல் கொழு அப்பை அரைத்துப் பால் பிழித்து, தெளிவை இறந்துவிட்டு உப்பு, எலுமிச்சம் பழம் கலத்து, தனிமை வடாய் தயாரிக்கலாம்.

காக்ஷி வற்றல்

அவலக்காய் மலிகாய்க் கிடைக்கும் போது 1 (அ) 2 கியோ வாங்கி புறு பார்த்து, அவல் விடிய விடவும். நேரு அகன்ற பாத் திரத்தில் அவலக்காவைப் போட்டு, மேயை திறப்படி தண்ணீர் விட்டு அடுப்பில் வேக வைக்கவும். இரண்டு ஆலிவத்தையும் நெளவ வான உப்பு போட்டு, இறக்கி வைத்து விடிய விட்டு, வெண்ணைத் துளியில் பாவலாய் உலர்த்தவும்.

இதே போல் கொத்தவரங்காய் வற்றலும் செய்யவும். வற்றல் ஒரே நாளில் உலர வேண்டும். அதனால் நல்ல வெயில் உள்ள நாளில் தயாரிக்கவும். இந்த வற்றல்களை வறத்தும் சாப்பிடலாம். வற்றல் குழம்பு, வெத்தலக் தழம்பிள் தான் ஆக போடலாம்.

— எஸ். கணகவல்லி சாரங்கபாளி

குழந்தைகள் மலர்



அன்புச் சுட்டிக் குழந்தைகளுக்கு மலர்ம்மாவோட விடுமுறை வாழ்த்துக்கள்! லீலில் ஒரே தூட்டினான். இல்லைவா? உங்களுக்காக என்னென்ன கணவரான விஷயங்கள் இருக்கு பாருங்க! முதலில் இம்மாத இளவரசன் யாருன்னு பாரிக்கலாமா?

இம்மாத இளவரசன்

என் ஏழு வயது மகன் தன் ஆறு மாத தங்கையை தூக்கிக் கொண்டு விளையாட்டாக ஆனால் மெதுவாக நடந்து பார்த்தான் ஒருநாள். பின்னா விருந்து வந்த என் பெரிய பெண் ஓரீரு முறை தங்கையைச் சிசிக்க வைத்து அதில் வெற்றி பெற்றுக் கொண்டிருந்தான். அவளுக்கு அன்று பிறந்த நாள். ஆதலால் நான் சமையலில் மும்முரமாக இருத்தேன். நியிட நேரத்தில் குழந்தை பெரிதாக அழும் குரல் கேட்டு அவறி ஓடி வந்தேன்.



குழந்தை கீழே குப்புறக் கிடந்தான். தல்லவேளை அடி ஒன்றும் பட வில்லை.

தடத்தது இதுதான் -

இரண்டு மூன்று முறை விளையாட்டுக் காட்டி குழந்தையை சிரிக்க வைத்துக் கொண்டிருந்த என் பெரிய பெண் திடீரென்று பின்புறமாக வந்து தன் அண்ணனின் முதுகில் பலமாகத் தட்டினாள். இதைச் சிறிதும் எதிர்பாராமல், தின்று கொண்டு முன்பக்கம் பார்த்துக் கொண்டிருந்த என் மகன் பாலன்ஸ் தவறி குழந்தையைக் கீழே போட்டு விடப் போகிறோம் என்ற எண்ணத்தில் ஒரு கண நேரத்தில் தான் குழந்தையுடன் முட்டிக் கால் போட்டு உட்கார்ந்து விட்டுப் பின் குழந்தையைத் தரையில் கவிழ்த்துப் போட்டு விட்டான். அவனது முட்டியில் நன்றாகச் சிராய்த்த ரத்தம் கசிய ஆரம்பித்து விட்டது. தின்ற நிலையில் குழந்தையைக் கீழே போட்டிருந்தால் என்ன ஆகியிருக்கும் என்று இப்பொழுது நினைத்தால் கூட நெஞ்சம் பகீர் என்றேறு.

என் மகனின் சமயோசித புத்தி விளால் குழந்தை பெரிய ஆபத்தி விடுத்து அன்று உலிர் தப்பியது. எல்லோருமாக ஸ்வாமி படத்தின் முன் தமஸ்கரித்தோம்.

இந்த விவரங்களை ஒரு சில நிமிடங்களுக்குப் பிறகுதான் என் மகனால் விளக்க முடிந்தது. அதிர்ச்சி விரிசுந்து மீள சில நிமிடங்கள் அவனுக்குப் பிடித்தன.

என் மகன் பெயர்: வி. எஸ். பரத். வேறு வகுப்பு படிக்கிறான் (குருஷ்ணன்வாமி மெட்ரிகுலேஷன் பள்ளியில்)

— எஸ். சைமனிலி.

அப்போது குட்டித் தங்கை பவித்ரா அழகாக ஒரு கதையை எழுதினார்களோ, படிக்கலாமா?

மகரம்மா பிடுமுறைக்காக ஒரு கதை சொல்லப் போகிறேன். கிரேஷ்ஷு ஒரு கையன். அவனுக்கு வீடு விட்டாச்சு. ஒரே ஆட்டம்தான். அம்மா சத்தம் போட்டுக்கிட்டே இருப்பாங்க. வெயிலிலே விளையாடாதிட. அவன் மேலே ஏறாதே அப்ப மன்னு. அவன் மேலே விளையாடாதிட. அவன் மேலே விளையாடாதிட.

என் அம்மா என்னைப் போயிருள் சிறு ஆசைப்பட்ட கட்டிதான். கைதும் திருவெறோ, வெயிலே கட்டுற அவரது என்னுளம்போலும் சொல்லித் தருவார். அவர் சொல் விடப்படுமே தான் நடத்தலாக என் தந்தைப்பட்ட ஒரு மகிழ்ச்சியான அப்பாவும் இது. தான் பள்ளிக்கூடத்தில் ஒரு தரன் ஒரு பவுன் கேட்டான். என் குட்டித் தந்தை என்ன என்னுளம் ஆகிரியைவிடம், கொடுத்தேன்.

அவர் பிறந்தான் பள்ளி அமைப்பெளியில் என்னைக் கூப்பிட்டு ஒக் கிராமம் பவித்ரா அவைப் போய் நடக்க. கிராமம் என்று சொல்லி என் தந்தைக்காக இந்து ரூபாய் கொடுத்துப் பாராட்டினார். அப்போழுது என்னைக்கு ஏற்பட்ட மகிழ்ச்சிக்கு அளவே இல்லை. அந்த இந்து ரூபாய் என்னைக்குக் கிடைத்ததென்றே பொக்கிஷம்.



மக இரத்தது. என் அம்மாவிடம் கொடுத்து இது திகழ்ச்சியை விவரித்தேன். என் அன்னை என்னை கிராமம் புகுந்தது. பாராட்டினார். அம்மாவின் புத்திமதி எனக்கு இந்தப் பெருமைகள் தெயுத் தந்தது.

மகரம்மா விடுமுறைக்காக ஒரு கதை சொல்லப் போகிறேன். கிரேஷ்ஷு ஒரு கையன். அவனுக்கு வீடு விட்டாச்சு. ஒரே ஆட்டம்தான். அம்மா சத்தம் போட்டுக்கிட்டே இருப்பாங்க. வெயிலிலே விளையாடாதிட. அவன் மேலே ஏறாதே அப்ப மன்னு. அவன் மேலே விளையாடாதிட. அவன் மேலே விளையாடாதிட.

வீடு விட்டு நாலு நாளைக் கெல்லாம் பக்கத்து வீட்டு ரமணி போட பிறந்த தான். அவன் வந்து கூப்பிட்டான்.

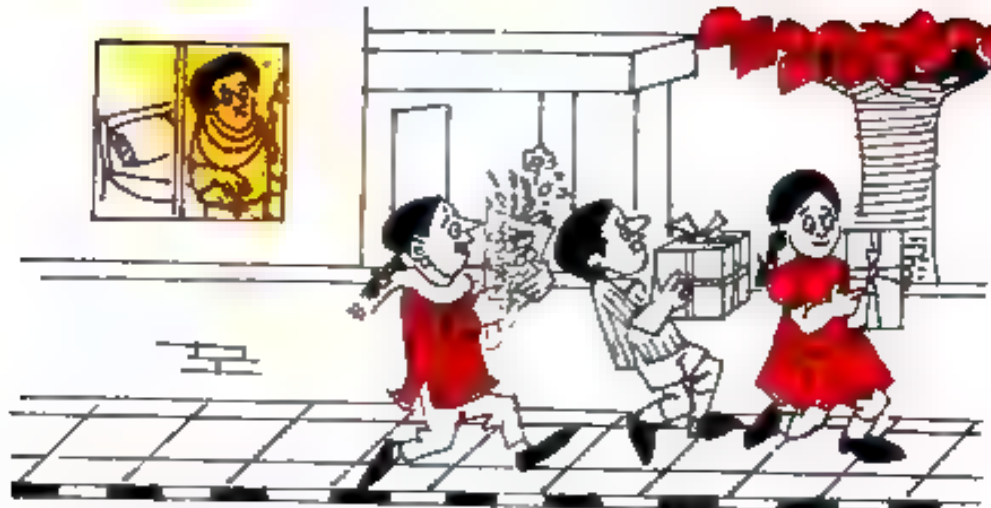
“கிரேஷ், நாளைக்கு என்னோட பர்த்தே தண்டிப்பா வரணும்...”

“விரெண்டா, ஆமா பர்த்தே கேக் எல்லாம் உண்டா..?”

“ஓ... கேக், ஐக்கிரீம், ஐஸ்க்ரீம் உண்டே. சாயங்காலம் அந்த மணிக்கு வந்து...” சொல்லி விட்டு ரமணி ஓடி விட்டாள்.

கிரேஷ் அப்போதே திட்டமிட ஆரம்பித்தான். நாளைக்கு என்ன கிரேஷ் போடலாம், ரமணிக்கு என்ன பரிசு கொடுக்கலாம் என்பது பற்றித்தான்.

அன்றைக்கு வெயில் ரொம்ப அதிகமாக இருந்தது. விளையாடி விட்டு விளையாடி விட்டு ஐஸ் தன்



வீராகக் குடித்துக் கொண்டே இருந்தான். அம்மா சத்தம் போடுவதைப் பற்றிக் கவலையே இல்லை.

கிரிக்கெட் பேட் பிடிக்கும்போதே 'அச்' 'அச்' என்று தும்மல். பந்து எங்கே வருகிறது என்றே தெரியவில்லை. திறைய தவற விட்டான். அவர்கள் குழு கேப்டனுக்கு ஒரே கோபம்.

"டேய், விட்டுக்குப் போய் ஒரு வழியா தும்மிட்டு வாடா..." என்று அனுப்பி விட்டான்.

தலையெல்லாம் வலி. உடம்பு 'விண்விண்' என்றது. சோர்ந்து போய் விடு வந்தான். அம்மா பதறிப் போய் விட்டாள்.

"என்னடா கண்ணா, ஏன் இப்படி வரேறே...?"

"தலை வலிக்கிறதம்மா... ஹச்..."

"பார்த்தியா, வெயில்லே விளையாடாதேன்னு கொண்ணா கேட்டியா..." குடாக ஹார்லிக்ஸ் கொடுத்து படுக்கச் சொன்னான். மூக்கில் தண்ணீர் கொட்டியது. ராத் திரி ஒரே ஜூரம். அம்மாவும், அப்பாவும் பக்கத்திலேயே இருந்தார்கள்.

மறுநாள் டாக்டரிடம் போனார்கள்.

"இது ஸ்வரஸ் ஃபீவர் அம்மா, ஜூக்கிரதையா பார்த்துக்குங்கோ. எங்கேயும் வெளியே போகக் கூடாது. உடம்பெல்லாம் ஒரே அழுக்கா இருக்கே. வெந்திராலே துடைச்ச விடுங்க! டயரியா வந்தா அவ்வளவு

தான்..." என்றார்.

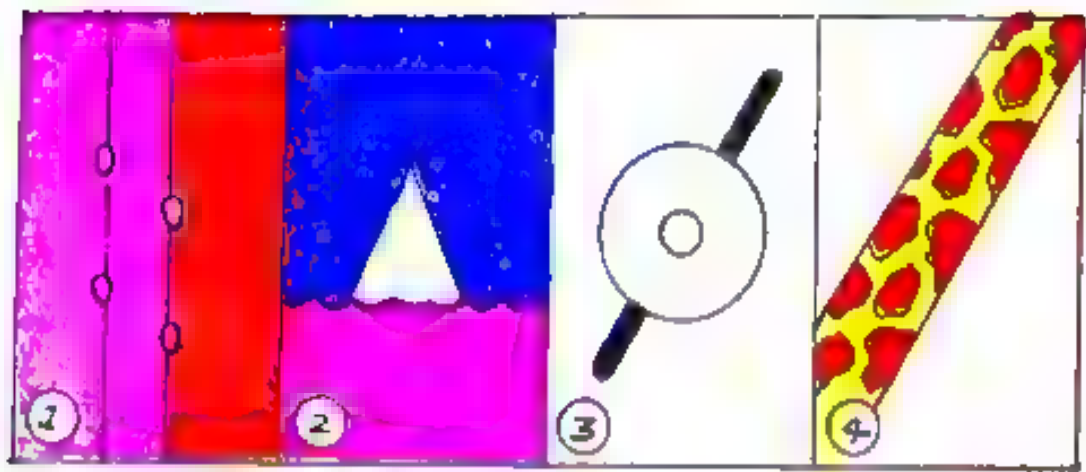
ரமேஷுக்கு அழகையாக வந்தது. அண்ணைக்குச் சாயந்திரம் ரமணி வீட்டுக்கு அவனைத் தவிர எல்லோரும் போனார்கள். அழகாக டிரெஸ் செய்து கொண்டு, பரிகப் பொருட்களை எடுத்துக் கொண்டு வரிசையாக போவதை ஜன்னலில் இருந்து பார்த்துக் கொண்டிருந்தான்.

கேக் இல்லை, ஐஸ்கிரீம் இல்லை, ஜூஸ் இல்லை. கஞ்சி, பால்தான். பர்த்தே பாட்டு இங்கே வந்து கேட்டது. ஒரே சிரிப்புச் சத்தம்தான். தளியாக இவன் மட்டும் இங்கே. அம்மா பக்கத்திலேயே இருந்தார்கள். அவனுக்கு ஆறுதல் சொன்னாள்.

"வெயில்லே விளையாடாம இருக்கணும். ஐஸ் வாட்டர் குடிக்கக் கூடாது. வெயில் தேரத்தில் விட்டுக் குள்ளே விளையாடு. கேரம் போட்டு, செஸ் இடெல்லாம் மூளையை வளர்க்கும் சாயங்காலமா வெளியில் விளையாடணும். உடம்பு கத்தமா வெச்சுக்கணும்..."

அம்மா கொண்ணதைக் கேட்டான். உடம்பு தேறினதுக்கப்பறம் அதே மாதிரி செய்தான். வேளை தவறாமல் சாப்பிட்டான். காலையில் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக 'ஹோம் வொர்க்' முடித்தான்.

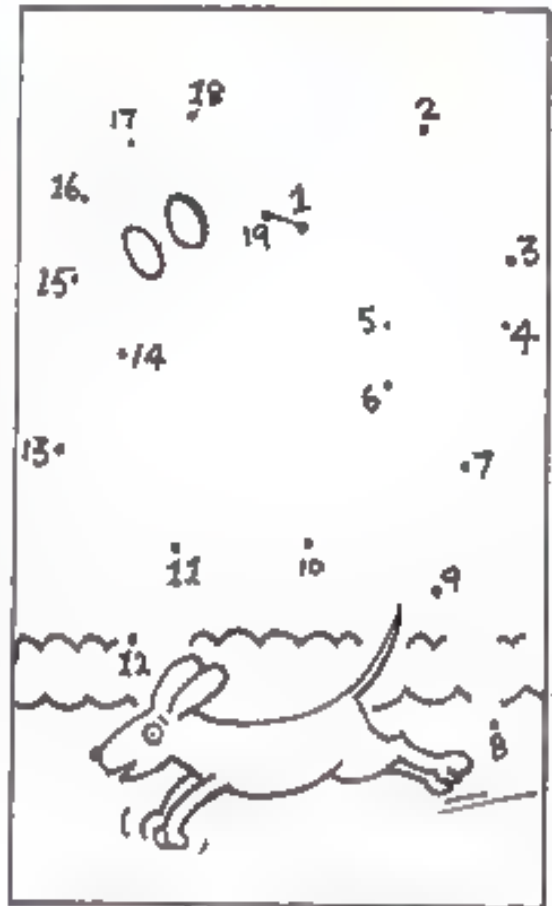
உடம்பு தன்றாக ஆகி விட்டது. பன்னிக்குப் போகும் போது ஆரோக் கியமான பைலனாக போனான். ஆமாம், நீங்கள் எப்படி?



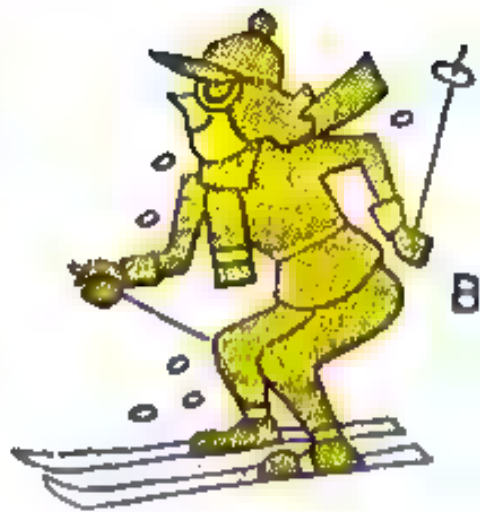
1. இதெல்லாம் என்ன? என்னுடைய யுங்கள், பார்க்கலாம்!
விடைகள் கடைசிப் பக்கம்.

3	13	28	24	6
21	29	23	10	31
27	9	14	2	25
4	20		32	17
15	1	7	35	33
19	12	26	16	30
8	5	18	22	11

எந்த தெம்பர் இங்கே வரவேண்டும்?

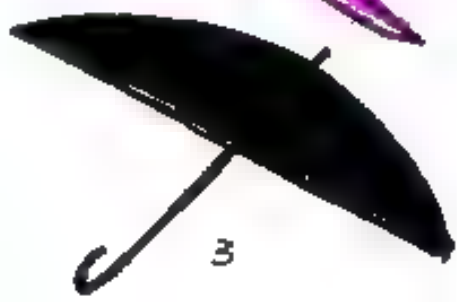
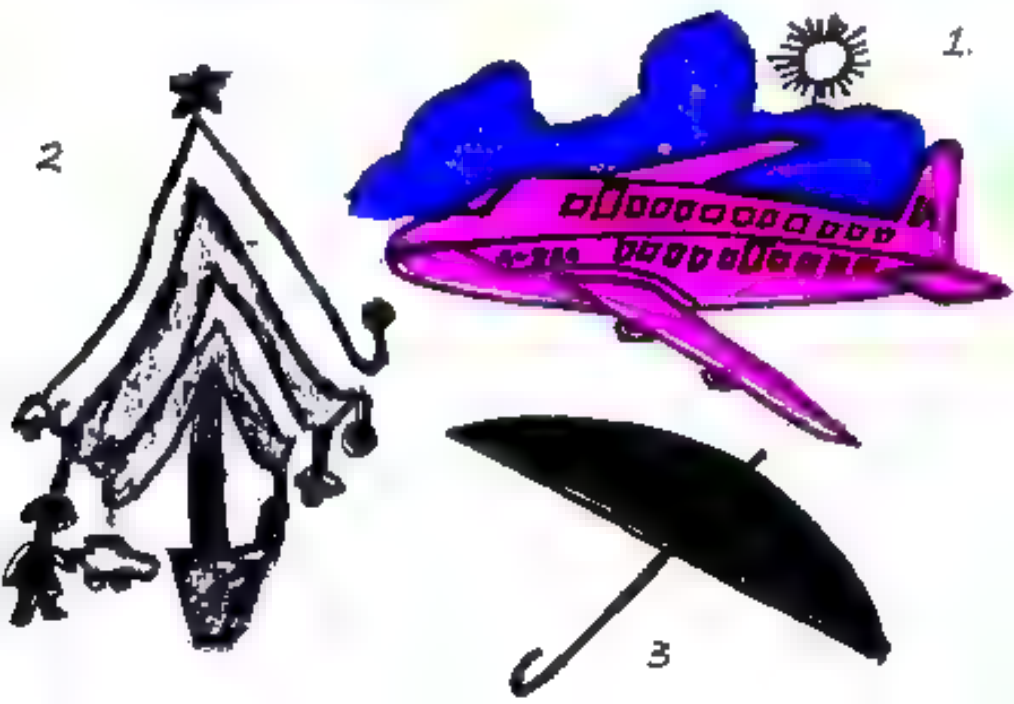


ஏன் நாம் ஒடுகிறோம்? என்னகளை இளையயுங்கள் தெரியும்.



2. இரண்டு படங்களுக்கும் இடையே ஆறு வித்தியாசங்கள் உள்ளன. என்னென்ன?

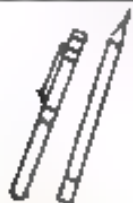
இந்த மாதமும் நிறையப் பேர் படம் வரைந்து தன்விட்டாங்கிப் பரிசு பெற்றவர்கள்: —





அரு. கப்ரமணியன், சென்னை - 88. - முதல் பரிக,
ரம்யா வெங்கட், பம்பாய் - இரண்டாம் பரிக,
வசந்தி, திண்டுக்கல் - மூன்றாம் பரிக.

பாரதி. சசிசுமார், ரிஷிமுக்கேஷ் கண்ணா இவங்களோட
படங்களும் பிரசுரம் ஆகியிருக்கு.



பரிககள்:

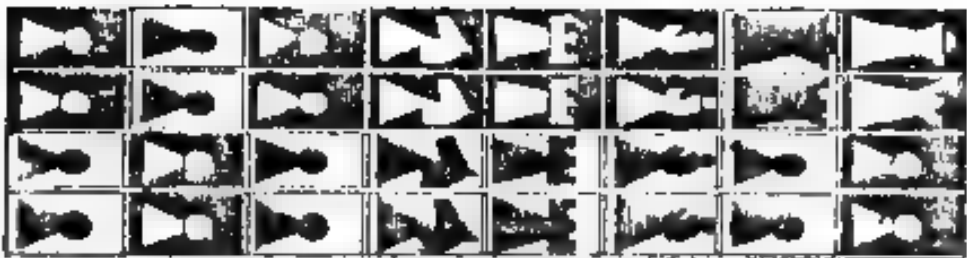
முதல் பரிக - பேனா, பென்சிலோடு கூடிய பென்சில்
பாக்ஸ்,

இரண்டாம் பரிக - பேனா,

மூன்றாம் பரிக - கலர்ப் பென்சில் பாக்ஸ்,

சரி, அடுத்த மாதம் எந்தக் கோட்டை வைத்து வரை
யணும் தெரியுமா?





X		X		X		X	
	X		X		X		X
X		X		X		X	
	X		X		X		X
X		X		X		X	
	X		X		X		X
X		X		X		X	
	X		X		X		X

— சென்னை மெட்ரிக்ஸ் —

இந்தப் பக்கத்தை வெட்டி ஒரு அட்டை யில் ஒட்டி விடுங்கள். X குறி போட்டிருக்க றும் கட்டங்களுக்கு வண்ணம் தீட்டி விடுங் கள். பிறகு இப்போது சென்னை போர்டு தியார். காய்களுக்குத் துவளை படம் வந்தது. அளையும் வெட்டி சதுரமான சிறிய வெட்டி

கனில் ஒட்டி திறை வைத்து விடுங்கள்.

'சென்' ஆட்ட முறைகளை பெரியவர் களிடம் கேளுங்கள். வெயில் தோத்தில் உள் ளையே விளையாடலாம். ஆனால் தலை பவற்றி அளிக்கக்கூடிய விளையாட்டு இது.

கா-த-ல் கிகா-ள்-ள்-லா-மா

கடல்

சுருளை சுண்டறனர் ஷாம்பூ



கடலின் புதிய அறிமுகங்கள்

Computerised Formula and Automatic Machine Packing

K-A-D-A-L... கடலா... காதுலா...



GAVELS MARKETERS, 26, Saravali Nagar, Coimbatore - 600 009

Coimbatore Marketers Coimbatore

குழந்தைகள் நன்கு பரிசீலித்து உண்மைகளை உட்கொள்ள எத்தெந்த டானிக் வலிகளைக் கொடுக்கலாம்?

சாதாரணமாக ஆரோக்கியமான எந்த குழந்தைக்கும் தானாகவே நலவு பசி இருக்கும். இதற்கென தனியாக டானிக் எதுவும் கொடுக்க வேண்டிய அவசியம் இல்லை. துறுதுறுவென உள்ள குழந்தைகளுக்கு உணவில் அய்வளவாக தூட்டம் இராது. மற்றும் மறுதுறுவென உள்ளதால் உடம்பு ஒல்லியாகவே இருக்கும்.

பிரிய இயல்வெல்லறால், உடம்பில் வேறெதோகொளையுள்ள அரித்தும் கூவிர்தரில் பூச்சி இருக்கலாம். எனவே பூச்சி மருந்து கொடுக்க வேண்டும். பிறகு பிகாய்மென்ட் டானிக், வைட்டமின் ஏ உள்ள டானிக் வகைகளைக் கொடுக்கலாம்.

பிகாய்மென்ட் டானிக் சாப்பாட்டிற்கு பதினாறில் திமிடங்களுக்கு முன் ஒரு நாளுக்கு இரண்டு முறை கொடுக்க வேண்டும்.

நாம் எல்லாவு ஐக்கிரைதகாக இருந்தாலும் குழந்தைகளைக் கொக்கன் கடித்து விடுகின்றன. உடனே அந்த இடத்தைச் சொரித்து கொண்டு புன்களைக்கி

கொண்டுவிடுகின்றன. இதனால் மலேரியா போன்ற ஜூரம் வர வாய்ப்புக்கள் இருக்கிற தல்லவா? இதற்கு நாம் உடனடியாகச் சென்னைவெளியுயருதுநதிகள் என்னபோ?

கோஜித்தாசன்.

சரோடு.

கொக்கையினால் மலேரியா ஜூரம் வர வாய்ப்புண்டு. கொக்கையிலிருந்து தப்ப கற்றுப்புறந்தைக் கத்துவதும், சகாதாரமாகவும் வைத்துக் கொள்ளவேண்டும். வீட்டைச் சுற்றி அழுத்த நீர் தேங்காமல், பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும். மாட்டுத் தொழுவப் இருந்தால் கொக அதிகம் இருக்கும்.

கற்றுப்புறம் சகாதாரமாக இருக்க அரித்த பகுதியில் உள்ள மக்கள் மற்றும் முனிசி பாலிட்டி, கார்ப்பொரேஷன் ஆபிஸவற்றின் ஒத்துழைப்பும் அவசியம்.

ஜன்னல்களுக்கு மெல்லிய வலகை அடிக்கலாம். கட்டிடங்களுக்குக் கொகவலை பலம்படுத்தலாம். மற்றும் 'குட்டைட்' போன்ற கருவிகளைப் பயன்படுத்தி கொகத் தொஸ்வலையிலிருந்து விடுபடலாம்.

கொக கடித்த இடங்களுக்கு Anthral lotion மற்றும், படுக்குமன் அலில் சிரப் 30 mg - 40 mg கொடுத்தால் அரிப்பு குறையும்.

எனக்குக் கலவாணம் ஆகி 2 ஆண்டுகள் ஆகின்றன. பிறகு அடுத்த வருடம் கழித்துப் பிறத்த குழந்தை 28 நாட்களுக்குள் இறந்து விட்டது. என்னுடைய இரத்தம் ஏ பி ஆர் ஏ நெகடிவ். என்னுடைய உணவர் 'ஏ' பாகரி கும் குழப். எனக்குப் பிரசவத்தின் போது இடுபெருவுடன் கொடுக்கவியக்க; அதில் என்ட்ஸ் கிருமிகள் இருப்பதாகச் சொல்லி விட்டார்கள். எனக்கு டெலிவரி பார்த்த டாக்டர் இன்னும் தந்த ஆண்டுகள் கழித்துக் குழந்தை பிறந்தால் ஒன்றும் ஆகாது என்று சொன்னார். ஆனால் என்னுடைய குழந்தை இறந்து விட்டதனால் அடுத்த குழந்தை உண்டானவுடன் அந்த ஊசி போட வேண்டுமா, எப்போது போட வேண்டும்? விவரம் சொல்லவும்.

ஹதிலி.

திருநெல்வேலி.

என்ட்ஸ் பரவும் என்ற செய்தி வெளிவந்த உடனேயே இத்தியாலில் இம்முனோகுனோ



டாக்டர் சுமலா செல்வராஜ் பதில்கள்



பின் - பு ஊசி எங்குமே கிடைக்காதபடி பறிமுதல் செய்யப்பட்டது உண்மைதான். ஆனால் தாங்கள் எங்கள் மருத்துவமனையில் வெளிநாட்டிலிருந்து **MRB - Free anti-Rh** அந்தாட்சிப் பத்திரம் உள்ள **Rh Anti - D** மருத்துவனை வரையத்து எங்களுடைய மருத்துவமனைக்கு வந்தவர்களுக்கு உபயோகித்தோம். இப்பொழுதும் கூட அத்தகைய **Certificates** உள்ள **Rh Anti - D** மருத்து இத்தியாவிலேயே கிடைக்கிறது. தீவகன் உங்களுடையதும் உங்கள் கணவருடையதும் இரத்த வளை எழுதிவிடுக்கிறீர்கள். பிறத்த குழந்தையின் இரத்த வகுப்பு - எழுதவில்லை.

பிறத்த குழந்தை **Rh negative** ஆக இருந்திருந்தால் எய்வித பாதிப்பும் இல்லை. ஆனால் **Rh positive** ஆக இருந்திருந்தால் குழந்தை பிறத்த 7.5 மணி நேரத்திற்குள் அந்த **Rh Anti - D** மருத்து செலுத்தப்பட்டிருக்க வேண்டும். கருக்கலையிடு செய்து கொண்டாலும் இந்த ஊசி போட்டுக் கொள்ள வேண்டும். பிரசவத்தின் போதோ அல்லது கருக்கலையிடு போதோ தாய், சேய் இவர்களின் இரத்தம் கலக்க வேண்டாம் அதனால் ஏற்படும் **Anaemia** (எதிர்ப்பு சக்திகள்) வாழ்தான் முழுவதும் ஒருவர் உடலில் இருந்து கொண்டு இருக்கும்.

பிறக்கப் போகும் குழந்தை **Rh positive** ஆக இருந்தால்தான் இதனால் பாதிக்கப்படும். **Rh negative** ஆக இருப்பின் எய்விதத்திலும் பாதிப்படாது.

இதைத் தவிர 3 - 4 குழந்தைகள் பெற்ற பின்னர் இரத்தப் பரிசோதனை செய்து கொண்டு தான் **Rh negative** தன் கணவரிடம் **Rh positive** என்று தெரிந்து கொண்டு, நம்பி உணரவும் பார்த்திருக்கிறோம்.

அதனால் அநிரிஷ்டவசமாக முதல் பிரசவத்தின் போது இரத்தக் கலப்பு ஏதும் ஏற்படவில்லையென்றால் உங்களுக்கு அய்வித கஷ்டமும் இல்லை.

அடுத்த முறை கருத்தரித்தால் 6 - 7 மாதத்தில் இரத்தப் பரிசோதனை செய்து கொண்டு **Rh Anti - D** ஊசி போட்டுக் கொள்ள வேண்டும்.

எஸ். மாவதி. மணலி.

எனக்கு 25 வயதாகிறது. 3, 5 வயதில் இரண்டு கைபக்கன் இருக்கிறார்கள். எனக்கு வெள்ளைப்பருந்தல் அதிகமாக இருக்கிறது. மாதவிகக்கு ஆகும் தானே வெள்ளைப்பட ஆரம்பிக்கிறது. பத்து நாட்கள் கழிக்கும்

பேசய்க் கொண்டு இருக்கிறது. இதனால் மிகவும் அவஸைப்பட்டுக் கொண்டு இருக்கிறேன். இதுமேலும் வெள்ளைப்பருந்தல் இடத்தில் கிங்கினாற் போல் இருக்கிறது. வெள்ளைப்பருந்தல் அதிகமாக இருக்கும் போது அந்த இடத்தில் நமைச்சக் ஏற்படுகிறது. தீர் அடிக்கடி போகிறது. இடதுபுறம் மட்டும் வலிதும் இருப்பும் புண்ணாவி வலிப் பதுபோல் வலிற்றை இருத்துப் பிடித்துக் கொண்டு வலிவாக இருக்கிறது. எத்தனையோ டாக்டர்க்கிடம் காண்பித்தும், தாட்டு மருத்துவன் சாப்பிட்டும்கு என்னுக்கு உணவாகவில்லை. இதற்கு ஒரு நல்ல நிவாரணம் சொல்லுங்கள்.

உங்களுக்கு **Infection** காரணமாக வெள்ளைப்படலாம். தேவண்ட மருத்துவனை தீர்க்கவும் கணவரும் 10 நாட்களுக்குச் சாப்பிட்டு வர வேண்டும். இருவருக்கும் சோத்து மாத்திரைகளின் எண்ணிக்கைக் கொடுக்கப்பட்டுள்ளது.

NORFLOXACIN 800 mg (20) - 1-0-1
(10 நாட்கள்)
THIAZOLE 500 mg (4 + 4) - 0-0-4
(1 நாள் மட்டும்)
DOXYCYCLINE 100 mg (20) - 1-0-1
(10 நாட்கள்)
ஏதாவது **B. Complex (20) - 1-0-1**
(10 நாட்கள்)

இத்துடன் தீவகன் பிறவி கறுப்பினுள் வைத்துக்கொள்ளும் மாத்திரையையும் உபயோகிக்கலாம். மேற்கண்ட மருத்துவனை தீவகன் இருவரும் 10 நாட்கள் சாப்பிட்ட பின் அடுத்த மாதமும் தொடர்ந்து சாப்பிட்டால் உங்களுக்கு குணம் தெரியும்.

என் கவறு 32. திருமணமாகி எட்டு வருடங்களாகிறது. என் முதல் குழந்தையை உண்டானவுடனே என் பிறப்பு உறுப்புக்களில் உண்ணையும் வெளியிடுதல் தாக்க முடிவாத வலியும் எரிச்சலும் கஷ்டப்படுத்தியது. அநிலம் ஒய்கொரு முறை உறவு கொள்ளும் போதும் பல மடங்கு வலி கூடிக்கடி பிரசவம் தெருக்க தெருக்க முழுநேரமும் வலி... வலிதான். பல டாக்டர்ஸைப் பார்த்துப் பல விதிகளை ஏற்படுத்தும். பலன் இல்லை. ஆனாலும் சரி வாலிநிலம் என்று சொன்னார்கள். பிரசவம்



ஆனதும் சரிசெய்யிக்கும் என்று சொன்னார்கள். பிரசவம் ஆனதின்கூட இரத்த தாங்க முடியாத வகை. தான் மருத்துவம் செய்து கொண்ட அனுபவங்கள் பெரிய கதை எனினும் பயன் இல்லை. தீவகனாவது என்வகையப் போக்க ஒரு வறி சொன்னார்கள்?

உங்களுக்கு வெள்ளை படுதல், அரிப்பு ஆகியவை இருப்பதற்குக் கிருமிகள்தான் காரணமாக இருக்கலாம். ஆகவே இதற்கு நுண்ணைப் பசுவிலிருந்து தான் அளித்துள்ள பதிலில் குறிப்பிட்டிருக்கும் கைப்பை மருத்துவகளை நீங்களும் உங்கள் கணவரும் மிகுந்த விவரித்துக்கொள்ள வேண்டியிருக்கிறது. 14 நாட்கள் கார்பை வெள்ளைப் படுதல் உங்கள் கணவரும் கார்பை வெள்ளைப் படுதல் எனன்றால் உங்கள் கணவருக்குக் கிருமிகள் இருந்தால் கூட உங்களுக்கு வந்திருக்கலாம். எனவே இருவரும் மாத்திரம் கார்பை குடிவது அவசியம். இவ்வாறு மாதம் கார்பைக்கு அப்படியும் இது தொந்தரவு இருப்பின் மருத்துவனாகக் கலந்தாலோசிக்கலாம்.

தான் அரசு அனுமதிப்பதற்குரியவருடனாகப் பணிபுரிந்து வருகிறேன். எனக்குத் திருமணம் ஆகிப் பத்து வருடங்கள் ஆகியிட்டன. 1981 - இல் எனக்கு டி அன்ட் சி செய்தார்கள். அதில் இன்ஃபெக்ஷன் ஏற்பட்டதால் எனக்கு உதிரப்போக்கு அதிகமாக ஏற்பட்டுத் தொல்லை கொடுத்துக் கொண்டிருக்கிறது. எனக்குத் குழந்தைகள் இல்லாததால் சரீரத்தில் டயக்னோசிஸ் கெப்பிராய் கோபி செய்தார்கள். என்னுடைய குழந்தைகளில் பொதுமனப்படுகிறவர்கள், காழ்ப்புணர்ச்சி, மற்றும் கவதவத்தின்

காரணமாகத் தவறாகப் பேசுகிறார்கள். எனவே தான் 'பச்சிபெக்ட்' என்பதை அறிய வந்த பெ.க்ட் செவ்வ வேண்டும்? எப்படி பெக்ட் செய்வார்கள்? இரத்தப் பரிசோதனை செய்வார்களா? எனக்குத் தயவு செய்து விவரமாகக் கூறி உதவி புரியுமாறு பணிவன்புடன் கேட்டுக் கொள்கிறேன். அபிதாரு பெண்கள் என்றாலே மட்டமாக நினைக்கும் இந்தச் சமுதாயத்துக்கு தான் 'பச்சிபெக்ட்' என்று திருபித்தால் சட்டப் படி என்ன செய்வலாம்? குற்றம் சாட்டியவர்கள் சீது என்ன நடவடிக்கை எடுப்பார்கள்? எனக்கு உதவி செய்வப் பெண்கள் அமைப்புக்கள், குழன் வருமா?

உங்களைப் பற்றி இவ்வளவு கூறிய நீங்கள் உங்கள் கணவரையும் பற்றி ஒன்றுமே கூறவில்லை. உங்களுக்கு மோனோனா 2 உய்தார்கள் என்று கூறியுள்ள நீங்கள் அதன் காரணமும் அனுப்பவில்லை. மேலும் இரத்தத்தின் ஒரு குறையும் இல்லாமலிருக்கும் நம்பிக்கை பலருக்கே குழந்தை பிறப்பதில் தாமதம் ஏற்படுகிறது. பெண்களைப் பற்றிக் தீவனத்தும் சமுதாயத்திற்குப் பற்றிப் புகட்டி தீவனத்து உங்களை ஸார்வம் என்று திருபித்தால் உங்கள் கணவரது குறைவை வெளியுலகிற்கே காட்டியது போல் ஆகியிட்டதால் அந்தவிடுத்து நீங்கள் இருவரும் தனி மருத்துவரிடம் காண்பித்து, குறைவை தீக்கி கொண்டு குழந்தையையும் பெற்றுக் கொண்டு உலகத்தினருக்குக் காட்டுங்கள். அதில் தான் பொதுமை இருக்கிறது என்று தான் கூறுகிறேன்.

தொகுப்பு: சபாபாதி.



அப்பப்பா! வெளியே காவல் வந்து விட்டால், வடகம் இட்டு, காயவைத்து, அள்ளி வைப்பதற்குள் எத்தனை வகை பிரஷ்க். காலவை அவசரம். அவசரமாகச் சமைத்து, மாவு கொறி, விட்டில் உதவவர்களை எல்லாம் பாடலாய் படுத்து. மசுக்கு எல்லாவற்றையும் ஏற்றி. வெளியில் விசைத்து விடுவீர்த்து வடகம் இருவது வரை பிரஷ்க். இட்ட பிறகும் திம்மதி உண்டா? ஸிபிட்டு போட்டுக் கொண்டு காக்கை கொத்தாமல் பாதுகாக்க வேண்டும். இவை போதா

தென்று, எங்கே இருந்து வருமோ நூலாவதிக் வந்து, வஞ்சனை இவ்வாமல் மண்ணை வச்சி இதைத்துவிட்டுப் போகும் வடகத்தின் மேலே, கண்ணைக் காக்கிப் பயன் இல்லை.

இத்தனை பெண்கள் அவசியமா? திம்மதி யாக விட்டு வேலைகள் எல்லாம் முடித்துக் கொண்டு, இரவுச் சமைவதையும் செய்து வைத்துவிட்டு, மாலைக் கிணறுங்கள். இரவு ஒன்பது மணிக்கு எல்லா அடுப்படி வேலைகளையும் முடித்துக் கொண்டு, 'சிபென்' என்ற அனுபவித்தபடி வடகம் இடுங்கள். விட்டில் உள்ள ஆண்டும் திம்மதியாக உதவுவார்கள். காலையில் பாதி காத்திருக்கும். பிறகு பிளாஸ்டிக் பேப்பரோடு வெளியில் இருங்கள். வேஷ்டித் துணி யாக் மெஸ்தாக ஒரு தாது பக்கமும் கவி வைத்துங்கள். திம்மதி வாக வேலைகளைச் செய்கிறார்கள்.

— திருமதி, கமலா.

அடுத்தமுறைக் குளியலில் சீரகத்தை மறக்காம சேர்த்திடுங்க!

சீரகம், இயற்கை அளித்த வழவழப்புள்ள ஒரு துண்டிடுமி நிகரணி.
இது வேப்பம்பட்டை மற்றும் மலை இஞ்சி போன்ற பாரம்பரிய மூலிகைகளுடன்
சேர்த்து உங்கள் எலும்புதிற்கு மென்மையாகப் பாதுகாப்பு அளிக்கிறது.

இந்த சிறப்புகள் அனைத்தும் தாங்கி வருகிறது மெடிமிக்ஸ் ஆபர்வேத சோப். இது உங்கள்
எலும்புதிலுள்ள பிடிபிடித்த தன்மையையும் அலுக்குமையும் அற்புத கழனிச் சாம்பி,
மோகன காயா வெர்க்குருக்களை மிதப்படுத்தி, எலும்புதிற்கு இதமளிக்கிறது.

18 வெவ்வேறு மூலிகைகளைத் துய்யவைப்பான தேக்காய் எண்ணெயில் கலந்து
தயாரிக்கப்படுவதால், மெடிமிக்ஸ் ஆபர்வேத சோப், உங்கள் எலும்புதற்கு கந்திரித்து, பரதூவாத்து
பராமரிக்கிறது. இதுவரை கண்டிராத அளவுக்கு உங்கள் எலும்புதிற்குக் கொண்டுவர கைத்தை
அளியுங்கள்.

மெடிமிக்ஸ் ஆபர்வேத சோப்



கொண்டில்
சுத்தம் தரும்
மெடிமிக்ஸ்

கேசவர்த்தினி..

நீண்ட அபத்தியை கந்தலுக்கான முற்பகர திருசிவம்

கனட்டமணிக்கும் கேசவர்த்தினி
கந்தல் காதலம்.

தீயன் ஞானதேவனுடையவாசலிலும்
தேவகாய் எண்ணெயில் சிறிதளவு
கேசவர்த்தினியை கந்தலுதேய்த்தால்,
உங்கன் கந்தல் தீண்டு, ஒன்
கொண்டு திருமணமும் கண்ணீரும்.

மேலும் உங்கன் கந்தல் அபத்தி
யாகவும், கருணமயராகவும்
காணப்படும்.

இன்றே ஒரு பாட்டில்
கேசவர்த்தினியை வாங்குங்கள்.
ஆறே மாதங்களில் அழகு
யிளிந்த கந்தலை பெறுங்கள்.



DAM2253 74

கேசவர்த்தினி

கந்தல் காதலம்

கேசவர்த்தினி பரபடக்கம்.
தொடர்பு - 800 087.



**METRO
MATRIMONIAL**

48, PONDY BAZAR, MADRAS - 600 017.
REGD. PH: 440885 TELE: 41-7889 / COMMINT. 300
FAX: 31-44-880088



சங்கராஜ மணத்தனி?

மெட்ரோ மெட்ரிமோனியல் திருமண அமைப்பகம்

- Computerised Service • Video display of brides/grooms
- Confidentiality Assured • All Religions, Castes, Widow/ers,
- Divorcees / Men, Woman of all ages • List of brides/grooms
- from abroad • Confidential investigation through numerous
- references • Horoscope casting, predictions Matching
- in Tamil, Telugu, English • One-way free registration available.

METRO MATRIMONIAL

"Only Heaven Can Make Better Marriages"

0841 020 : மெட்ரோ மணத்தனி

வினாக்க வேண்டாம்

இது பாலியஸ்டர் ஸ்கைஸிங்க்யும். பளபளக்கும் இத்துணித் துண்டுகள் இருந்தால் அழகான பூக்கொத்தை செயலே இயலாது உருவாகக்கூடும். எப்படி? இதோ.

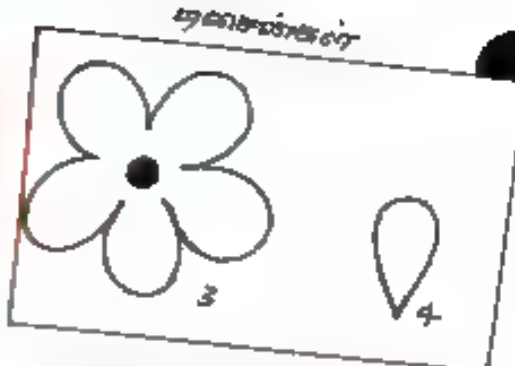
தேவையான பொருட்கள்:

பாலியஸ்டர், ஸ்கைஸிங்க் வெட்டுத் துணிகள், புதிய துடைப்பத்திலிருந்து எடுத்த தென்னைம் சர்க்குகள் ஐந்து அல்லது ஆறு-பச்சை நிறத்துணி (இது எந்த ரகமானாலும் பரவாநிலையை நூல் (பச்சை நிறம்), பச்சை.

செய்முறை:

தென்னைம் சர்க்குகளை பிசிலிங்க்யாமல் சிலவும். மூன்று குச்சிகளை துணியை ஒடித்து விடவும். பச்சை நிறத்துணியை மேல்புற ரிப்பங்களை வெட்டவும். ஒவ்வொரு குச்சியைச் சுற்றியும் இந்த ரிப்பங்களை சுற்றிக் கொண்டு போய் முடியில் பச்சை நடவி ஒட்டிவிட. வேண்டும். இப்போது பூக்கள் தயார். பழைய பித்தளைக் கட்டா, செம்பு அல்லது பளாஸ்டிக் குடுவை ஏதாவது. அவரவர் இரகனைக்கேற்றபடி. பாதி அளவு வரை நிரப்பவும். இந்த பூக்கொத்து காய்ப்புக் குச்சிகளை செருகிவைக்கவும். குச்சி குடுவையில் எங்காவது தூரம் செல்லும் என்பதைக் குறித்துக் கொள்ளுங்கள். இந்த அளவிற்கு மேல்தான் நீங்கள் பூக்களை அமைக்க வேண்டும். இனி கொடுக்கப்பட்ட. டிசைன்களை துணியில் கார்பன் பேப்பர் உதவியுடன் வரைந்து கொள்ளுங்கள்.

படத்திலுள்ளபடி மூன்று அல்லது நான்கு பூக்கள் (இரட்டையாக 3 = 2 ஊ 4 = 2) நயாரிக்க வேண்டும். கத்திக்கொயில் உதவி



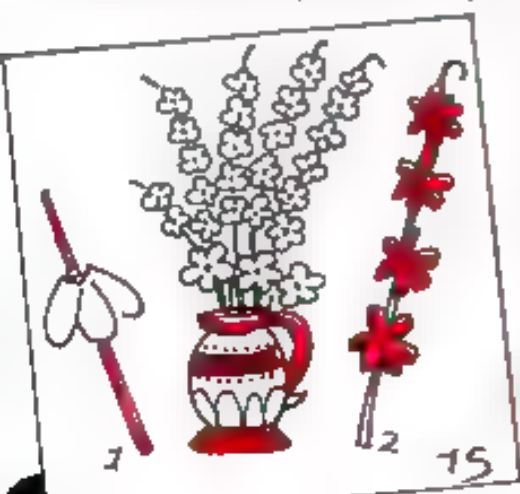
வுடன் பூக்களை வெட்டி எடுங்கள். ஒரு பூக் கொத்து காய்ப்புக் குச்சியை எடுத்துக் கொள்ளவும். பூக்களை நடுவில் நிறுத்துவாரமிடவும். பூக்களை இரட்டையாக குச்சியில் கோர்க்கவும். மூன்று அடையாளமிட்ட இடத்திற்குச் சென்று மேலே பூக்களை நிறுத்தி குச்சியைத் தலையிழைப்பிடித்துக் கொண்டு நூலினால் இறுகச் சுற்றிக் காட்டவும். இப்போது குச்சியை நிறமித்தவும். உள் பூவை விட்டு விட்டு வெளியுட்பு பூவை நன்கு மலர்த்தி விடுங்கள். பூக்கொத்தில் அழகான ஓர் பூ மலர்த்து விட்டது.

இம்முறைமையப் போலவே குச்சியில் (படம் 2) போதுமான இடைவெளி விட்டு பூக்களை அமைக்க வேண்டும். டிசைன் 1, 2, 3 வரிசைகளில் இரட்டையாகப் பூக்களை அமைக்க வேண்டும். இரண்டு குச்சிகளில் டிசைன் எண் 3 மட்டுமே உபயோகித்தால் போதும். இனி பச்சை நிறத்துணியில் கொடுக்கப்பட்டுள்ள டிசைன் எண் 4 ஐ வரைத்து வெட்டவும்.

நீக்க வடிவிலுள்ள இத்துண்டுளை அகன்ற பகுதி மேலே வரும்படி பூக்களை வைவே ஒட்டி விடவும். பூக் கொத்துகளை ஒவ்வொன்றாகக் குடுவையில் செருகவும். க. வி. மேல். போதுக்கு அருகில். கப்பாயில் எங்கு வேண்டுமானாலும் வைத்துக்கொள். உங்கள் இல்லத்திற்கு அழகு சேர்க்கும் விநோதப் பூக்கொத்து தயார்.

குறிப்பு: பூக்கள் செய்யத் தேர்ந்தெடுக்கப்படும் துணிகள் மூன்று அல்லது நான்கு நிறத்தைக் கொண்டதாக இருந்தால் நலம். சிவப் பிக் ஓர் கொத்தும், மஞ்சள், ரோஜா நிறம், மென்தெந்தா. இவற்றில் ஒவ்வொன்றும் நயார்த்தால் மிகவும் கவர்ச்சியாக இருக்கும். குச்சியில் தலைப்பு (நூல்) வரை பூக்களை அமைக்க வேண்டும். காற்றில் அவை அசைந்து ஆரும் போது சொல்லித் தெரிவதிலுண்டை மகிழ்ச்சி.

— சாமனி.



வினாக்க வேண்டாம்!

துரிதமான, சிக்கனமான
சமையலுக்கு புத்திசாலி
குடும்ப பெண்களின்
தேர்ந்தெடுப்பு நிச்சயமாக

 **சீதா**

ஸ்டெயின்லெஸ் ஸ்டீல்
காஸ் ஸ்டவ்



காத்தம் கவராத AISI-304
(20 Gauge) செலம்
ஸ்டெயின்லெஸ் ஸ்டீல்
கூடுகளால்
வடிவமைக்கப்பட்டது.
விசேஷமான பித்தளை
பர்னர்கள் உள்ளதால்
மிகுந்த எரிபொருள் மிச்சம்.
கத்தம், பராமரிப்பது மிக
எளிது.

IS 4348



10 years guarantee

Also available: Water Filter,
Hot Carrier, Hot Casserole,
Heater Drum & Pressure Cooker.

மொடக் குவியிடம் :

 **Seetha**
Home Appliances

"K.R. பிண்டியம்"

100-8 யார் இல் பிரிட்டிஸ் ரோடு,
அஸ் டாஸ், சென்னை-600020.
போன் : 418875.
(அஸ் டாஸ் கிளவன் அருகில்)

தாராளப்பாணிகம் :

meera industries

148, நெற்கு கடையாச்சாலை,
எலும்பாக்கம், சென்னை 600 063.
போன் : 424449 414443.

கோடை காலத்தில் எத்தனையோ விதமான உபாடைகள் உடலுக்கு ஏற்படுவதுண்டு. ஆனால் எல்லாவற்றையும் மீள்கிறதிற்பது இத்தத் தாகம்தான்.

நல்ல வெயிலில் போய்விட்டு வீட்டுக்குள் நுழைந்தால் 'ஜில்' என்று ஒரு சொம்பு திஸ் தண்ணீரைக் குடித்தால் போதும் என்றிருக்கும். சாப்பாடு, துக்கம் எல்லாமே தாகத்தின் முன் ஓரங்கட்டி நிற்கும்.

தொண்டை வறட்சியைப் போக்கிக் கொள்ள சிலர் ஐஸ் தண்ணீரை விரும்பிக் குடிக்கிறார்கள். இதனால் அவர்களின் தாகம் தணிந்து விடுகிறதா என்றால் அது தான் இயல்பு. மாறாக இதன் குளிர்ச்சி யானது தொண்டைக் குழாயை பாதித்துத் தொண்டை அழற்சி நோயை உண்டு செய்கிறது.

சிலர் அதிகமாகத் தண்ணீர் குடிப்பதால் உடல் பளு கூடி விடுகிறதாகவும் எண்ணுகிறார்கள். நாம் எவ்வளவு தண்ணீர் குடித் தாலும், தேவையான அளவு தண்ணீரை உடல் எடுத்துக் கொண்டு, பாக்கி நீரை

மெல்லிய பருத்தி ஆடைகளை அணிந்து கொள்ளலாம்.

எவ்வளவு திறமையும் விட அத்தக் காலத்தில் நம் நூத்தா, பாட்டியை வளர்த்த பழைய சாதமும், கெட்டித் துறும் உடலுக்கு மிகவும் குளுமையைத் தருகிறது என்பதை மறந்து விடக் கூடாது. மதியவேளையில் நுங்கு, இளநீர் போன்றவைகளைச் சாப் பிடுவதால் உடலுக்குத் தேவையான பொட் டாகியும், நூது உப்பு, (இளநீர்), சோடியம் குளோரைடு, கால்சியம் (நுங்கு) போன்றவை இயற்கைவகையே கிடைக்கிறது. எலுமிச்சம் பழத்தில் இல்லாத வைட்டமின்களும், சத் துக்களும் கூட உண்டா என்ன? இவையா வற்றையும் உட் கொண்டாலே போதுமே!

மாடி வீடுகளில் வசிப்பவர்களுக்கு வெயிலின் கடுமை அதிகமாக இருக்கும். மொட்டாட

கூரியன்

சிட்ரூஸ்டாமல்

இருக்க...

வியர்வை, சிறுநீர் மூலம் வெளியேற்றி விடுகிறது.

வெயில் நாட்களில் சிறுநீர் கழிக்கும் பொழுது, சிலருக்கு எரிச்சல் இருக்கும். சிறுநீரின் நிறமும் மஞ்சளாக இருக்கும். அப் பொழுது நாமே புரிந்து கொள்ளலாம் உடலுக்கு தீர்ச்சத்து தேவை என்பதை. அந்த சமயத்தில் இளநீர், பழரசங்கள் போன்றவைகளை அருந்தலாம்.

கோடை நாட்களில் இன் னெ ரு அவன்னை புழுக்கம், புழுக்கத்திற்குப் பயத்து அதேகம் ஆண்கள், பணியண்கள் கூட கழற்சி விட்டு, வெற்று உடம்புடன் மதிய வேளையில் காற்று லாங்குவார்கள். இது மிகவும் தப்பான செய்கையாகும். உடலிலுள்ள நீர்ச் சத்து, தேரிடையாக வெப்பத்தால் தாக்கப் படுவதால் கலப்பமாக தீராவியாகி, நீர்ச் சத்தை குறைத்து விடுகிறது. அதே போல் வெறும் தளரலிலும் வெற்றுடம்புடன் படுக்கக் கூடாது. வெப்பத்தால் தாக்கப்பட்ட தளரயானது, மேற் சொன்ன அதே விளைவைத் தான் உண்டாக்கும். இதைத் தவிர்க்க



மாடியில் தண்ணீர் கொட்டி மாளாது. அதற்கு ஒரு கலப் லாழி, பத்து அல்லது பதின்னத்து கோணிக் சாக்குகளை தங்கு தண்ணீரில் நனைத்து மாடித் தளத்தில் போட்டு வைக்கலாம். (ஒரு முறை தண்ணீர் கொட்டிய பிறகு). கோணிக் காய்ந்து விட்டால் (காய் வெகு நேரம் ஆகும்) மறுபடியும் அதே முறையைப் பின்பற்றலாம்.

வீடுகளில் போடப்படும் திரைச்சீலை, சோபா கவர்கள் முதலியவற்றை வெவ்விர் நிறங்களில் போட்டு வைத்தால் கண்ணுக்குக் குளுமை தரும். நாமும் ஸைட் கவர் மெல்லிய பருத்தி ஆடைகளை (முக்கியமாக உள்ளாடைகள்) அணிவதால் டாக்டர் பில்லையும் கணிக் சமாகக் குறைக்கலாம்.

— மாவதி சத்திரசேகரன்.



மகப்பேறு

மகப்பேறு இவ்வளவு இன்னல்கள் நிறைந்ததாக இருக்க வேண்டுமா என்பது எல்லோர் மனத்திலும் பதான்றும் ஒரு கேள்வி. இன்னல்கள் இருந்தாலும், முன்பு தாய்மாமர்களில் அழன்று போகக் கூடிய பிரசவத்தில் போது உயிரிழந்த தாய்கள் போல் இன்று எவ்விதக் கொடுமையின்றி குழந்தைகள் பிறக்கின்றன. இந்த நிலைமை அடைவதற்குப் பெண்களும் பல கட்சி நடந்துகொண்டிருக்கின்றன.

ஒரு காலத்தில் மகப்பேறுக்கென்றே தனி நூற்காலிகள் கூட அமைக்கப்பட்டிருந்தன. பெறு வசியெடுத்து, குழந்தை வெளியே வராமல் சிரமம் இருந்தால், அவளை பயமுறுத்துவதும் உண்டு. ஐந்தாறு பயங்கர மனிதர்கள் கூடிய பயமுறுத்துவார்கள் அல்லது

ஒரு மரத்தில் அப்பெண்ணைக் கட்டிவிட்டு, ஒரு குதிரைவீரன் குதிரையில் ஆரவாரத்துடன் வேகமாக அவளை நோக்கி வருவான்; அல்லது பேறு காலம் நெருங்கிவிட்ட பெண்ணை மரத்தில் கட்டித் தொங்க விடுவார்கள். வலியுடன் அவஸைதப்பதும் அப்பெண் பயத்திலேயே குழந்தையை வெளிப்படுத்துவான் என்ற நம்பிக்கையுடன் செயல்பட்ட கொடுமையினால் இவை!

எல்லாப் பெண்களுக்கும் என் கஷ்ட மின்றிக் குழந்தை பிறப்பதல்லவா? முக்கியமான மூன்று காரணங்களால் குழந்தை வெளிவருவதில் தடை ஏற்படுவது உண்டு. இருப்பினும் எல்லாப் பெண்களுக்கும் குழந்தை வெளிவர முடியாதிருக்கலாம். முன்னாட்களில் பரவலாக - ஏன், இன்றும் கூட - ஊட்டமில்லாத குழந்தைகள் உடலில் உள்ள எலும்புகள் சிறு வயதிலேயே வளைந்து போயிருக்கும். இம்மாதிரி நிலையில் பிரசவ சமயத்தில் கஷ்டம் ஏற்படலாம்.

கருப்பை தக்க சமயத்தில் குழந்தையை வெளியே தள்ள, 'வலி' உண்டாகும், கருங்க ஆரம்பிக்கும். பெருக்கு இந்த 'வலி' சரியாக ஏற்படாமல் இருப்பதும் உண்டு. நாகரிகப் பெண்மணிகள் உடலுக்கு வேலை அதிகம் தராமையால் இந்த நிலை ஏற்படக்கூடும்.

குழந்தை சாதாரணமாகத் தலை முதலாகப் பிறக்கும். இவ்விதம் பிறப்பதால், குழந்தை பிறக்கும் வழி நன்கு தளர்ந்து விசிந்து கொடுக்கும். குழந்தையில் மற்ற பாகங்கள், கலப்பமாக வெளியேறி விடுகின்றன. குழந்தை உருப்படைவது இவ்விதம் மாதிரி இருந்தால் (நளைக்கு மேல், அல்லது ஒரு பக்கத்தில்) வலி ஆரம்பிக்கப் போகிறது. ஒரு மக அல்லது காத்



வெளியே முதலில் வந்துவிடலாம். இப்படி வகுவதால், குழந்தை பிறக்கும் வழி தன் குதளர்த்து விரிவதற்கு முன்பே குழந்தை வெளியே வர ஆரம்பித்துப் பிரசவத்தில் கஷ்டங்கள் ஏற்படலாம்.

முன்னாட்களில் இக்காரணங்கள் பற்றிச் சரிவர ஆராயாத நிலையில், மகப்பேறு நிகழ்ந்ததால், செபேர, தாயோ அல்லது இருவருமோ உயிரிழக்க நேரிட்டதுண்டு.

இதே நிலை 16 - ஆம் நூற்றாண்டு வரை சிவ் இருந்தது. இந்த நிலை தவிக்கல் என்ற மருத்துவருடைய முயற்சியினால் குழந்தை மின் தளையைக் கீழே கொண்டு வரச்செய்வதில் மூலம் ஓரளவுக்குச் சீர்ப்பட்டது. மயக்க மருந்து கொடுப்பது ஒரு கலையாக ஆவதற்கு முன்பு, வெளிவர முடியாத குழந்தைகளின் கதி அநேகமாக இத்திலையில் செம்பிலேயே என்ற டாக்டர், பிரசவ ஆயுதம் (Forceps) என்ற கருவியைக் கண்டுபிடித்தார். இதில் தன்மைகள் இருந்தும், ஒரு கருவி மூலம் குழந்தையை வெளியே எடுக்கக் கஷ்டங்கள் பல, தாயின் உயிருக்கும் இதனால் ஆபத்து விளைவது சர்வசாதாரணமாக இருந்தது.

சாதாரண வழியில் பிறக்க முடியாத குழந்தையை செசேரியன் (Caesarian) ஆப்பரேஷன் செய்து எடுப்பது மயக்கக் கலையின் உதவியினால்தான் முடிந்தது. தாயின் உயிருக்கோ, குழந்தையின் உயிருக்கோ, உடல் நிலைக்கோ ஆபத்து பெரும் என எதிர்பார்த்தால் அதைத் தவிர்த்து இன்று ஒரு பயிரும் இன்றி செசேரியன் ஆப்பரேஷன் செய்ய முடிகிறது. இது மயக்க ஆற்றலும், அறுவை சிகிச்சை ஆற்றலும் ஒரு உயர்ந்த நிலைக்கு வந்திருப்பதையே காட்டுகிறது. செசேரியன் ஆப்பரேஷன் என்ற பெயர் எவ்விதமானதும் தெரிந்த ஒன்று. குழந்தை சாதாரண வழியாகப் பிறப்பதில் கஷ்டம் இருந்தால், வயிற்றிலே அறுவை சிகிச்சை செய்து குழந்தையை எடுப்பார்கள்.

இன்று கஷ்டங்கள் தாயின் உடல் நிலையை முதலிலிருந்தே சேர்த்து, இடுப்பில் எழுப்பிய பிசுது மூலம் குழந்தையின் நிலை, தாயின் உடல்நிலை போன்றவற்றைக் கவனமாகச் சரிபார்த்து குழந்தை பிறக்கும் தறுவாயில் வலி எடுக்காது இருந்தால், அதற்கு மருந்துகள் கொடுத்து வலியை உண்டாக்கி, செய்தானே பிறக்கவல்லாம் தனிதனும் செய்கின்றனர்.

இன்று அனேகமாக எல்லா பேறு மருத்துவர்களும் (Obstetricians) குழந்தை டாக்டர்களும் (Paediatricians) மகளிர் குவத்திலிருந்தே வருகிறார்கள். தாய்க்கே உரித்தான உணர்வுகளும் உள்ளக் கிளர்ச்சிகளும் தமக்குத்தான் உண்டு என்ற ஒரு பெருமைதான் இதற்குக் காரணமாக இருக்க வேண்டும்!

விருந்து.

— இதுபோன்ற ஒவ்வொருவரும் அவசியம் தெரிந்து கொள்ள வேண்டிய கட்டுரைகளைத் தொகுத்தவர் டாக்டர் எம். எஸ். வெங்கட்ராமன்.

புத்தகம் கிடைக்குமிடம்: —

டாக்டர் எம். எஸ். வெங்கட்ராமன், 35, டி. டி. கோ. சாலை, சென்னை - 18.

வணங்காமல்

கவிவரக கண்ணதாசனின் புத்தகபெற்ற நூல். அவருக்கே உரிய தடைதில்.

விவரம் ரூ. 27.00

ஞானமாலிகா

கவிவரனின் கட்டுரைத் தொகுப்பு

விவரம் ரூ. 11.00

(இரண்டும் - வானதி பதிப்பகம், 13, திண்டிவாடி தெரு, தி. தகர், சென்னை - 17.)

தொயின்றி வாழ 100 யோசனைகள்

மூச்சுப் பயிற்சி, உணவு முறை, வெந்தீர் ஐந்தடம் போன்ற அன்றாட வாழ்வியலுக்கான யோசனைகள் நற்பலர் தேவமுர்த்தி.

விவரம் ரூ. 9.00

எளிய வைத்தியக் குறிப்புகள்



— குறையற்ற செல்வம் என்ற புத்தகத்தி

தூரம், மூலதோல் போன்றவற்றிற்கான தமிழ் மருந்துகள்.

എല്ലാ വർഷവും ₹. 0.00

(இரண்டும் - செத்திப் பழிப்பகம்,
2, அம்மைப்பப் பத் தெரு. இராசப்பேட்டை.
சென்னை - 14.)

தேவதாஸம் ஸ்டுடியோஸ் பிரிண்ட்ஸ் & செக்ஷனலம்

உதிரியா - பாலாந்தி.

നിങ്ങൾക്ക് രൂ. 9.00

(தமிழ்நாடு 7. ஆம்மையப்பர் தெரு.
இராஜப்பேட்டை, சென்னை - 4.)
தென்னாற்காடு கலாநாயகர்

உளவுயரம் கனத்த தொகுப்பு - மலர்
வந்தனம்.

Price: \$14.95

(அன்பு பதிப்பகம், 7, அம்மாநாயக்கப்பே
தெரு, சென்னை - 14.)

வினாக்கள் —

நிறைப்படக் கவிஞர் கணபதி பற்றிய வினா
சனங்களைக் கூடிய பெரும் தொகையு-
டானவர்கள் - சனநாயகத்திற்கு -

தொகை ரூ. 40.00

(காங்ரஸ். 16, 17-8, சிராஸ், இந்தியா
தகரி II ஸ்டேட்ஸ், பெங்களூர் - 38.)

முட்டாளன் பிழைக்கல் - இரண்டாம் பகுதி

est. 5.50

தமிழ்நாட்டின் கவிஞர்கள் - 80

வினா எண் 25. 8.50

கொட்டிக்கொண்டே விழா கொடுக்கிறது.

എട്രാക്കുവു ന്യൂ. 1.50

சுருதி மறதி செகலம் தோகல்

estimated at 1.50

நான்கும் நடைக்களங்கத் தொகுப்பு. ஆதி
சிறார்: எ. கோபு.

Figure 4.50

(தமிழ்நாடுப் பதிப்பகம், 53, அரங்கநகர்
எதிர், பஞ்சகோடி - 605 001.)

●●●●●

■ தாசிக்குடும்பம் தொகுப்பு எண். இராஜ் கோபாலன்.

अनुसूची सं. ३.३.३

(தேர்தல் கணக்கணிப்பு, 31-ம், அக்டோபர் தாள் வரலாறு தெரி. திருவள்ளூர்-3.)

சனிப்பெயர்த்தல்

விசுவாச படைகள். எழுதியவர்: கப
லேசுக்கு விசுவாச.

ਅੰਤਰਾਲ: ਰੁ. 10.00

(தமிழகம், 10, பார்வா அகாஷ் தொகுதி, தஞ்சாவூர், சென்னை - 2.)

உதவித் தலைவர்: கருணாநிதி

நிறுவர்களுக்கானவை. தெரிஞ்சுப்பு:
மம். பி. ராமச்சந்திரன்.

എറണാകുളം ജു. 10.00

மகா லக்ஷ்மீதில் பிரத்தவர்களுக்கு ஆயுள்
தரப் பவன்

வழிபெயர்: பாலகண்ண முகாணத்தா.

\$19.00

விஞ்ஞபித வக்ஷத்தில் பித்தநவர்களுக்கு
அவன் கால பவன்

இருப்பினும்: பரமசிவமே மகானந்தர.

ജി.എസ്. 10.00

(முத்துமீ-தாமரைத் தலகம், 7, என்.ஜி.டி.
காலனி, ஸாப்தாணி, சென்னை - 600 026.)



தகதக தங்கப் பட்டுடன் தழுவுது தங்கப் பட்டுடன்

தீப்பேதூ, தூய தேய்க்காய்,
வெண்ணெய் வளம் செறிந்து வரும்
புதிய ரெக்ஸோனா உங்கள் மேனிக்ஷ
தங்கப் பட்டுவெள்ளம், பட்டெனா
வெகுநேரம் மோகனப் புதுமனம்.
புது வடிவம், உமதுதான் தீர்க்கும்
அனைத்துதான் ரோடி புது ரெக்ஸோனா.

புதிதாய்

ரெக்ஸோனா

பொன்னுன வின் பட்டு வணி வெகுருக்கே.

முதுமுகம் வளம் தருக தருக தருக



தூய தேய்க்காய்வெள்ளம் செறிந்

SUSWAAD ன் சுவை இன்றே உங்கள் கதவை தட்டட்டும்!

The Delicious Home-made Sweets and Savouries

SUSWAAD

Home-made
SWEETS &
SAVOURIES

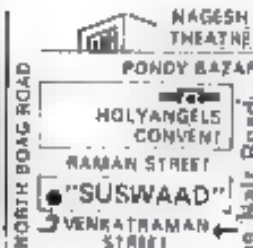
Phone :
44 23 24 P.P.

1/2, Venkatraman St., T. Nagar, Madras-17.



Our Specialities :

புழுங்கலரிசி கைறுக்கு,
தட்டை, சோடா, etc.
(free of Oil)
சோதனை அல்லா,
போலி, மட்டு,
கமஞ்சாரு etc.,
கல்யாணம் மற்றும்
கலயவங்களுக்கான
சேவரிக்கைகள்



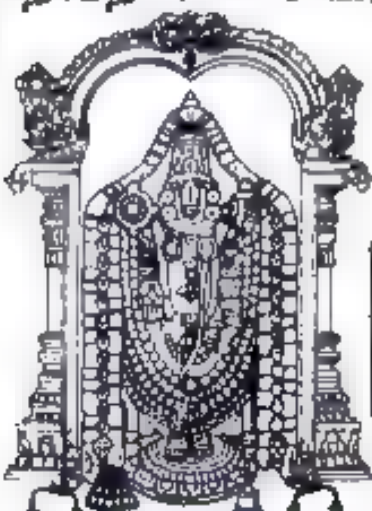
C/o Unique Electronics
160-Royapettah High Road,
(Opp-தண்ணீர் துறை மாடிக் கடல்)
Mylapore, Madras-4. Phone: 75490.

Also Available at:

17, Morilal Street; Narmada Flats,
T. Nagar, - Madras-17.
Phone: 444568

Free Home Delivery For orders above 4 Kgs (within Madras City limits)

நவநாகரீக பட்டு சேலைகளின் சோலை!



- பட்டு சேலைகள்
- உயர்ந்த ரக மில் துணிகள்
- காஞ்சி காட்டன்
- கரிதார்
- மிடி செட்கள்.
- குட்டிங்ஸ், சர்ட்டிங்ஸ்

எங்களை PGP பேரணஸ் திட்டத்தில் மாதம்
ரூ. 50, ரூ. 100 வீதம் 12 மாதங்கள்
சேமித்து பேரணஸ்-டன் பட்டு சேலைகள்
பெற்றீடுங்கள்.

For a silken dream



P.கோவிந்தசாமி பிள்ளை
எண்டர்பிரைசஸ்

258, லாயிட்ஸ் ரோடு, கோபாலபுரம்.
சென்னை-600086. போன்:-476769.

ADSERVE

ADSERVE

மேகா ராசி:

அகஸினி, பரணி, திருத்திகை 1 - ஆம் பாதம்.

இந்த ராசி தேவர்களுக்கு வீட்டு மனை வாய்க்கும் போகம் ஏற்படுகிறது. வாகனமும் வாய்க்கலாம். உச்ச சூரியன் சேர்ந்திணையும், பதவி உயர்வையும் தருவார். காவதர் உபாசகர்களுக்கு அந்தத் தேவி அதி அற்புத சக்தியை வாரி வழங்கிடுவாள். இந்த மாதத் திஸ் திணமும் 108க்குக் குறைவில்லாமல் காவதரி ஜபத்தை செய்பவர்களுக்குக் கண் போளாறு நீங்கி சகலவித ஆரோக்கியத்தையும் பெறுவார்கள். இது கிரகங்கள் அங் வளவு நல்ல சூழ்நிலையில் சஞ்சரிக்க வில்லை. அதனால் விவரான வயும், பதவி சிழம்பும் வந்து, கலகமும் ஏற்பட்டு மன அமைதி இழக்க வேண்டியிருக்கும். மாதத் திஸ் பிற்பகுதி முற்பகுதியை வீட்டு மோசமாக இருக்கும். உத்திரன் உப கிரகத்தைத் தரு கிறான்.

ரிஷப ராசி:

திருத்திகை 2, 3, 4 - ஆம் பாதங்கள். ரோகிணி, மிகுலிசிறம் 1 - ஆம் பாதம்.

உப கிரகங்கள் ஏற்படும். திருமணம், உபநயனம், என பதேனும் ஒன்று நடக்க லாம். அல்லது 'அப்படிப்பட்ட திகத்தி களில் வந்து கொள்ளும் வாய்ப்பு உண்டு. மாதத்தின் முற்பகுதியில் சில கள்ளிப் பெண்களுக்கு எதிர்பாராத விதத்தில் திரு 'மணம் கைகூடலும், பிரம்மச்சாரிகளுக்கும் அதே நிலைதான். எனினும் ஏதோ ஒரு விதத்தில் குழப்பமும் மனத்தாங்கலும் இருந்து வரும். மாதத்தின் பிற்பகுதி என்ற மத்தமான சூழ்நிலை ஏற்படும். எனினும் உல்லாசப் பயணம், புண்ணியத் துறை களில் நீராடல் என பொழுது உற்சாகமரக

வும் கழிவலாம். அன்புமத்துச் சனி விலகி னாலும், அமைச்சரும் அமைச்சுறிகப்படு வதும் குறைவாது.

மிதுன ராசி:

மிகுலிசிறம் 3, 4 - ஆம் பாதங்கள். திருவாதிரை, புனர்பூசம் 1, 2, 3 - ஆம் பாதங்கள்.

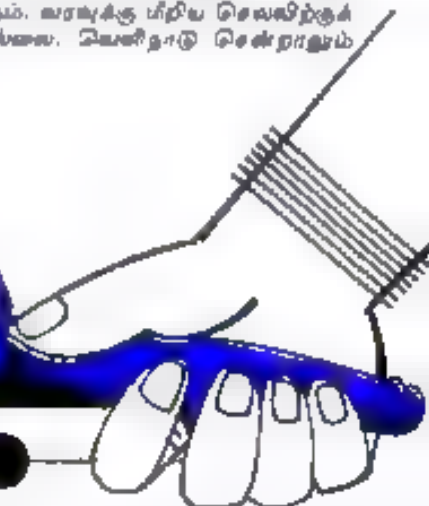
இந்த இராசிக்காரர்களுக்குத் தற்று மேன் மைவான காலம் ஆரம்பம். பதவி உயர்வு உண்டு. பண வரவும் உண்டு. வீட்டு மனை கட்டாயம் வாய்க்கும் போகம் உள்ளது. வெளிநூல் பிரவானம். திருமண வைய வம், புது மனிதத் தொடர்பு, புது இடங் கணைப் பார்த்தல், தீண்ட காலமாக எதிர் பார்த்து வாங்க எண்ணிய மிச்சாதலங்கள் வாய்க்கும் நிலை என உபகிரகங்களும், உப நிஷ்சங்கிலும் மாதம் பூராவும் உங்களை மகிழ்ச்சியில் ஆழ்த்தும். அதே சமயம் பிற்பகுதி ஒரு சிலருக்குத் திருடராலும், அக்னியாலும், ஆபத்தாலும் ஆபத்துக்கள் வரலாம். தற்று எச்சரிக்கையாக இருக்க வேண்டியது அவசியம். தோபுத்தி நன்கு அமைத்துள்ளவர்களுக்குக் கவலைபே இல்லை.

கடக ராசி:

புனர்பூசம் 4 - ஆம் பாதம், பூசம், ஆதிசங்கம்.

வெளிநாடு செல்லும் போகம் கைகூடி வந்துள்ளது. அது வேலை நிறித்துமாகவும் இருக்கலாம். அல்லது உல்லாசத்திற்காகவும் இருக்கலாம். தற்று உடுதலான நன்மை தரும் மாதம். வரவுக்கு மீறிய செலவிற்குக் காரணமில்லை. வெளிநாடு சென்றாலும்

**இந்த
மாதம் எப்படி?
சூம '90**



வேறொருவர் செயல்களையே உடர் செய்வலாம். எனவே இது ஒரு ஆதாயம் தரும் மாதம். சுபவீரயுடும் ஏற்படலாம். கவலையுடும், அறிஞர்களுடும் பாராட்டலுடும் பரிசையுடும் பெறுவர். இதுவரை தீவிர அரசியலில் பங்கேற்ற சிலர் ஒதுக்கி நிதிச் வேண்டிய சூழ்நிலை ஏற்படலாம்.

சிம்ம ராசி:

முகம், பூரம், உத்திரம் 1 - ஆம் பாதம்.

இராசிநாதன் மாதத்தில் முற்பகுதியில் உச்சத்தில் இருப்பதால் அரசியலில் உண்மையான ஆதாயம் பெறுவர். இதுவரை உத்தியோகத்திற்காகக் காத்திருந்து மொத்தம் அனுதலர்கள் வாழ்க்கையில் நல்ல தொரு மாதம் ஏற்படும். இரும்புத் தொழில் செய்பவர்கள் ஏற்றம் பெறுவர். மானவர்கள் பிள்ளியை வெற்றி பெறுவர். நகை விவாபாரிகள், கலைஞர்கள் இனம் கலைஞர்கள் நல்ல இலாபத்தை அடைவார்கள். வெளிநாட்டுப் பயணமும் கைகடிகளும். 'டிபார்ட்மெண்டல்' ஸ்டோர் வைத்திருப்பவர்கள், காரணத்திற்குரிய விவாபாரிகள், பாங்கர்கள், டீட விநியோகஸ்தர்கள் ஆகியோர்களுக்கு போக காலம் ஆரம்பமாகிறது. எதிர்பாராத தகவலையும், வெளிநாடு பிரயாணமும் சிலருக்கு ஏற்படும். ஆயினும் உன் சம்பந்தமான கோரலு சிலரை மருத்துவமனைக்கு அனுப்பி வைக்கும்.

கன்னி ராசி:

உத்தரம் 3, 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், துலாம், சித்திரை 1, 2 - ஆம் பாதங்கள்.

இராசி நாதனாகிய புதன் மட்டுமே நல்ல புரிவர். மற்றபடி கன்னி ராசியில் பிறந்த கன்னிகைகளுக்குத் திருமணம் கைகடிகளும் வாய்ப்பு உண்டு. மற்றபடி எண்ணெய் எதுவும் நடக்காது. திரைப்பட நடிகர்களுக்குச் சற்று சோதனை மிக்க காலமாக இருக்கும். அரசின் கெடுபிடி அதிகமாக இருக்கும். பதவி உயர்வு தள்ளிப் போகும். பதிலாக பணியும் பொறாமை உணர்வுத் தலைதாக்கி நிற்கும். சற்று எதிலும் நிதானமாகச் செயல்பட வேண்டிய நிலை வரும். மாதத்தின் பிற்பகுதி முற்பகுதியை விட சோதனையும் வேதனையும் திறந்து மன அமைதியைக் கெடுக்கலாம். தரையுத்தி நன்கு அமைந்துள்ளவர்கள் கவனயப்படத் தேவையில்லை.

துலா ராசி:

சித்திரை 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், கவாதி, விசாகம் 1, 2, 3 - ஆம் பாதங்கள்.

இந்த ராசி தேவர்களுக்கு இந்த மாதத்தில் தாம்பத்திய உறவில் சற்று சுவசவப்பு ஏற்படும். வாக்குவாதமும் தேவையற்ற வீரப்பும் ஏற்பட்டு விணாக மனதைக் குழப்பிக் கொள்ள வேண்டியதும். வலிந்துக் கொளறாலும் வரலாம். அதே சமயம் வீட்டிற்குத் தேவையான பாத்திர பண்டங்களை வாங்கும் போகமும் உண்டு. கோர்ட்டு விவகாரங்கள் தொல்லை குறையும். இந்த ராசிக்காரப் பெண்கள் கவனயரைப் பிரித்து இரண்டொரு வாரம் வேறு இடத்திற்குப் போக வேண்டி இருக்கும். குடும்பம் பார்வை இருப்பதால் கிரபீதமாக ஏதும் நடந்து விடாதபடி தடுக்கப்படும். வங்கி, கருதுவம் போன்ற பணப் புழக்கம் இருக்கும் இடங்களில் பதவி விற்ப்பவர்கள் மிக எச்சரிக்கையாக பணிபுரிய வேண்டி இருக்கும். கவலையுடும் ஏழுத்தாளர்களும் வெளி இடங்களுக்குச் சென்று தம் திறமையைக் காட்ட வேண்டியதொரு நிலை உருவாகும். ஆக அமைச்சு கொடுக்கும் மாதமாக இருக்கும். மாதலின் உடல்நிலை பாதிக்கப்பட்டு நுணமாதமாகும்.

விருச்சிக ராசி:

விசாகம் 4 - ஆம் பாதம். அனுஷம், கேட்டை.

அய்யனாகத் தன்மை செய்யும் மாதமாக இருக்காது. சனியத் தவிர மற்றவர்கள் மனத்தைக் குழப்பிற் அளவிற்ப் பிரச்சனைகளைத் தருவார்கள். எனவே செத்திந்தாத துண்டய அருளைப் பெற அவன் புகழைப் பாருங்கள். அனைத்தும் சரியாகிவிடும். கவலையுடன், மருத்துவர்கள், மிக அனுத்துறையின் இலாபம் பெறலாம். ஒரு சிலருக்குப் பதவி ஏற்றமும் பண வரவும் கிடைக்கும். எதிர்பாராத தகவலையும் வரலாம். ஆயினும் ராசிநாதனுடைய அருள் கிடைப்பது அரிதே. 7½ சனிவிழிக்குத் விடுபட்டு விட்டார்கள்; எனவே கவனயை விடுங்கள். கனித்து வரும் காலத்திற்காகக் காத்திருங்கள்.

தனுசு ராசி:

முகம், பூரம், உத்திரம் 1 - ஆம் பாதம்.

சனியவரத்து 3 வது பரிவாயத்தில் உண்முகம், பூரம் தட்சத்திரக்காரர்களுக்கு அவரது கடாட்சம் கிடைக்கும். இது

வற்றல் பிறியும் கூழில். சிந்தனவு வடிவத்தினைச் சேர்த்துக் கொண்டாய். வற்றல் மாவாகக் களையும் வாயில்.

— ரேவதி.

விஸ்பர்

புதிய
விஸ்பர்
டரை-வில்
உலர்ப்புடன்
கூடியது.

மற்றொரு
நாப்பின்

டரை-வில் பிளாட்டிங் பெயர் செய்து:

1. ஒரு வேண்டுமாயின் ஸ்பர்ஸ் தீர்மானம்
விஸ்பர் தீர்மானம் ஒரு வேண்டுமாயின் ஸ்பர்ஸ்
வேறு ஏதாவது நாப்பின் தீர்மானம் கூடும்.
2. இரண்டாம் தீர்மானம் செய்து பெயரை வைக்கவும்.
3. விஸ்பர் தீர்மானம் செய்து நாப்பின்
தீர்மானம் கூடும் உலர்த்து நாப்பின் தீர்மானம்.

**வேறு எந்த நாப்பினையும்விட மிக சுத்தமாகவும்
மிக உலர்ந்ததாகவும் வைத்துக் கொள்கிறது**

ஏனெனில், விஸ்பரில்
மட்டுமே 'டரை-வில்' என்ற
ஒப்பற்ற உறை உள்ளது இந்த
உறை, உல்களிடமிருந்து எந்தவித
நாப்பினின் உள்வெளிக் கிருமிகளும்
இழுத்துக் கொள்கிறது ஆகவே
அதன் மேற்புறம், எப்போதும்
உலர்ந்ததாக இருக்கும்.
இப்போதுதான் தீங்கள் நாப்பினை
மாற்றியது போலத்தோன்றும்

விஸ்பர், உல்கள்
உள்ளாடடக்குள் கச்சிதமாகப்
பொருத்திக் கொள்கிறது.
நழுவுவது, தகராறு, காரணம்,

அழிய, அழிக-விசிலாள் ஒட்டும்பட்டி உள்ளது.
ஆது, நாப்பினை வசதியாக உரிய
இடத்தில் வைத்துக் கொள்கிறது.

விஸ்பர் பற்றி ஏதாவது விளக்கம் வேண்டியா?
எவ்விதம் ஒரு விஸ்பர்
மில் விஸ்பர்
ஸ்பர்ஸ் உள்ளது.

இது, விஸ்பர்
பற்றியோ பெண்ணின்
கொளையும் பற்றியோ
உல்கள் வேண்டிய
மற்றும் சந்தேகங்களுக்கு
விளக்கம் தரத் தயாராக உள்ளது.
தொடர்பு கொள்ளவும் இம் முகவரிக்கு:

Ms. Whisper® Service, P.O. Box No. 6278, Bombay 400011.



பாதுகாப்பின் மிக சுத்தமான மிக உலர்ந்ததான உணர்விற்கு - விஸ்பர்.

જાવલ

பிரஷன் குகை



1. ஆட்டோ-மொபைல் கிரிபர் சிஸ்டம் மோண்டிங்.
2. க்ரெட்டிஸ்மென்ட் க்ரெடிட் ரெகார்ட் டிபூன் க்ரெடிட் கார்டு.
3. உருதுபாசு அகாடமி.
4. ஆய்விதல் மேகா கிளவு இடம், கந்தக்குடி-
தருமபுரம் காவலாட்சி மற்றும் காவலாட்சி கருத்து
புத்திய அமைத்து கைமையுடனும் உடனடி.
5. ஆய்விதல் கைமையுடனும் கைமையுடனும்
கைமையுடனும் கைமையுடனும் கைமையுடனும்.
6. தினகரி கைமையுடனும் கைமையுடனும்,
கைமையுடனும், கைமையுடனும் இதுகூடும் கைமையுடனும்
கைமையுடனும் கைமையுடனும் கைமையுடனும் கைமையுடனும்

மாணியோலத்தில் : துரைநா ஏழன்மகள்
46. தெற்காவணி நகர வீதி, ஸ்ரீமார, நேரம் 2128
மேளம் : 71. கங்குலியை நாகங்கள் தெரு, சென்னை.
பேரன் : 664714 வீதிமாரையன்மகள், சென்னை :
5 தெற்காவணி நகர வீதி, 80 கங்குலியை நாகங்கள்
தெரு, நேரம் : 383458 கடல் தெற்காவணி நகர
வெண் கங்குலியை பூதர், தெற்கு வீதி, சென்னை. கங்குலியை
மேற்கு திருச்சி : கங்குலியை சென்னை 458 தேரு
தெருமே : திருச்சி வீதி, தெற்கு, பாகுமாரி தெரு
R6 பூதர், தெற்காவணி நகர தெரு, சென்னை கங்குலியை.
கங்குலியை, சென்னை, கங்குலியை, கங்குலியை கங்குலியை.
R6 தெரு, பாகுமாரி தெரு : சென்னை கங்குலியை
கங்குலியை.

Pay
Rs. 1000/-

**TAKE YOUR BRAND
C/TV, V.C.R., V.C.P.,
REFRIGERATOR
WASHING MACHINE**

36 Monthly instalments.
Also exchange your old TVs.

TV, Y.C.A., Y.C.P.

Solitaire

REFRIGERATORS

NOTATION

ALLWYN

NELCO

LEONARD®

OPTOMIX

ACROSS THE BORDER

UNTER

ZENITH

WATER

WASHING MACHINES

Dvanora

VIDEOCON

Другое

Introduction

SALORA

Initial Assessment

BUSH

PHILIP K. LUK

UNI-WASH

the television people
31, North Usman Road, T. Nagar
Madras-600 017
Phone: 8251409, 8250006

ஊஸ் இருப்புத் துறை எரிபொருள் துறை எவ்வாறானிக் துறையினர் ஏற்றம் பெறுவர். பூரூட நட்சத்திரத்தில் உள்ள கன்னிப் பெண்களுக்கு மாதத்தில் பிற்பகுதியில் திருமணம் நடக்கும் வாய்ப்பு பலமாக உள்ளது. மூலம் பாருங்கள். நல்ல இடத்துச் சம்பந்தம் ஏற்படும். கைவிட்டுப் போன நிலம், சொத்துக்கள் திரும்ப வரவாம். அகர தருவும், தேவகுறையும், தேவபாச அருளைப் பொழிய இருக்கின்றனர். அதனால் தரும் பத்தில் மயிற்ச்சி இருக்கும். பதவி உயர்வு, வேலைக்குச் சேருதல். தேர்வில் வெற்றி பெறுதல் என ஏதேனும் ஒரு விதத்தில் மயிற்ச்சி ஏற்படும். கபர் செலவு உண்டு. பொன்னைவையும், புத்தாடைபும் உங்களைத் தேடி வரும்.

மகர ராசி:

உத்திராடம் 2, 3, 4 - ஆம் பாதங்கள். திருவோணம், அரிட்டம் 1, 2 - ஆம் பாதங்கள்.

உண்ண சம்பத்துமான நோய்கள் ஏற்பட வாம். மாதத்தில் முற்பகுதியில் அகனி திருட்டி பவம்என ஏதோ ஒரு விதத்தில் தொல்லை ஏற்படக் காரணம் உண்டு. உக்கிரம் ஒருவனை கொற்ப உத்தனைத் தருவார். புதுணைப் போதிய அளவு உதவுவார். மற்ற பிரக அளம்பி நன்கு அமைவலில்லை. சனிவரம். ஆட்சியில் இருப்பதால் தொழில் நன்கு நடக்கும். கற்புச் சேவா உத்தனைக் கையாள்பவர்களும், பிராணைட், உறிகள் சம்பந்தப்பட்ட தொழிலில் சடுபட்டிருப்பவர்களுக்கும் கனி மொன லாபத்தை

எதிர்பார்க்கலாம். மற்றபடி சுமாரான மாதமே.

கும்ப ராசி:

அரிட்டம் 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், சதயம், பூரட்டாதி 1, 2, 3 - ஆம் பாதங்கள்.

குருவில் பார்ப்பை இருப்பதால் கும்ப ராசிக்காரர்களுக்கு சனியின் தொல்லை துறையும். தவிர ராசிதாதம் 12 - இல் ஆட்சி பெற்றிருப்பதால் சனிப் பெயர்ச்சி பற்றி வினாக்க் கவலை வேண்டாம். வரும் ஐந்து ஆண்டுகளும் சனிவரர் சுமாரானவே உதவுவார். மற்றபடி வெளிநாட்டுப் பலனம் செய்யும் வாய்ப்பு ஒரு சிலருக்கு ஏற்படும். அதனால் ஆதாயம் உண்டு. மாதத்தில் பிற்பகுதியில் எதிர்பாராத தலைவாயம் கிடைக்கலாம். ஆறு பெரியவர்களின் சொத்தில் பங்காவும் இருக்கலாம். இதுவரை மக்கட் செல்வத்திற்காகக் காத்து நின்று சில மயக்கங்களுக்கு மக்கள் பரக்கியம் கட்டாயம் ஏற்படும். அந்த அளவிற்கு ஆரோக்கியமான நிலைமை துணைநிறுதியங்கள் பெறுகின்றன. என்னவோ இப்போது மருத்துவர்களை அறையி ஆலோசனை பெற்றால் வெற்றி திச்சைம் கிடைக்கும். இது பரிசாரம் செய்வதற்கும் ஏற்ற தருணம். ஒரு சிலருக்குப் பதவி உயர்வும் பாராட்டும் கிடைக்கும்.

மீன ராசி:

பூரட்டாதி 4 - ஆம் பாதம், உத்திரட்டாதி, தோதி.

சனிப் பெயர்ச்சியின் பூரண தன்மை இந்த ராசிக்காரர்களுக்கு உண்டு. பலவிதத்தில் தன்மை அடைவக் கூடியவர்களாக இருப்பீர்கள். தொழில் துறையினர் லாபத்தை அடைவக் கூடிய காலகட்டம் ஆரம்பம். அதுபோலவே இந்த இராசிக்கு சனியின் பார்வை கிடைப்பதாலும் இராசி தாதம் தருவாக இருப்பதாலும் தீண்ட காலமாகத் தடைப்பட்டு வந்த எந்தச் செயலிலும் அது திருமணமாக இருந்தாலும் சரி, இந்தக் கால கட்டத்தில் கைகூடி வந்து மயிற்ச்சியை அளிக்கும். உத்தியோகத்திற் 776 அமைத்தவர்களுக்கு நல்ல உத்தியோகம் கிடைக்கும். என்னோ குடுவையும சனியையும் தோமங்களின் மூலம் ஆராதிவுங்கள். அருளும் பொருளும் கிடைக்கும்.

குவத்திற்கெற்ற குணமகன் யார்?

ஒரு குடிசையில் ஜாதகத்தைச் சோதிட்டிடம் கட்டிப் பலன்களை அறிய முற்படும் அங்கு அந்தச் சோதிட்டிடம் முக்கிய

ஒரு வானிக் தன்னிலில் சிறிதளவு அமோனியர் (கயல்வழுக்குப் போடும் உரம்) தூவி, அதில் தீட்டு, பிகக்கு உள்ள வானலிகள், கரண்டிகள் பாத்திரங்களைப் போட்டு கலவுங்கள். ஒரு மணி நேரம் வுதித்து எடுத்து உலர்த்த துணியால் துடைத்து வைத்துக் கொள்ளுங்கள். தீட்டும், பிகக்கும் மாவமாய் மறைத்திருக்கும்!

— தோ.



மாகப் பின்புறம் மூன்று கேள்விகளைக் கேட்பதைக் காவலாம். ஆய்ன் எப்படி, குழந்தை நன்றாகப் படிப்பானா? என்ன வேலைக்குச் செல்வான்? எனவே ஒரு மனிதனுக்கு ஆய்ன், கல்வி, தொழில் இவை அடிப்படையாக அமைவ வேண்டியது அவசியம். சில சமயங்களில் நான்காவதாக, "அம்மா அப்பாவித்துச் சொறு போடுவானா?" என்றும், அதன் பிறகு, "சொறு தரக்கூடன் எப்படி இருப்பான்?" எனக் கேட்பதும் உண்டு. இவை அனைத்தையும் ஐந்தாவதில் உள்ள சிறக அமைப்பைப் கொண்டு கூறுவது போலவே உள்சங்கை யில் உள்ள ரேகைகளைக் கொண்டு விடை கூறிவிட முடியும்.

குறிப்பாகப் பெண்களின் கைகளைப் பாரக்கும் போது பெற்றோர்களிடம் அங் பாக இருப்பானா? என்று கேட்பதை விட மாமனார், மாமியாரிடம் எத்தகைய பரத்தினை வைப்பான், எழுத்துவர், மற்றும் நூத்தி மாரர்களிடம் எப்படிப் பழகுவான் எனக் கேட்பதுதான் முறை. நியாயமாய்க், ஏனெனில் பெண்களின் சிறப்பு புத்தக வீட்டில் தான். மேன்மை அமைவ வேண்டும், பிறத்த வீட்டில் அல்ல. அந்த அளவிற்கு அந்தப் பெண்ணின் கையில் உள்ள குடுமேட்டில் சாவயம் ரேகை எழும் (S-M) ரேகை மேன்மையாக அமைந்திருக்க வேண்டும். ஞானகாரணரவிய குரு அந்தப் பெண்ணுக்குத் தேவையான பெருத்தன்மை, வீட்டுக் கொடுக்கும் மனப்பான்மை, அமைதியும் அன்பும் பொருத்திய அனுசரணை ஆகிய அனைத்துப் பண்பினையும் பொருத் தியவனாக அருளுவார். அதே சமயம் உள் சங்கையில் உள்ள புத்தி ரேகை (X-V) கிளைகளுடன் சிறிது வளைத்து சத்திர மேடு வரை சென்றிருக்கும். எந்த ஒரு சமயத்திலும் மன்னிப்பது, மறப்பது எனும் குணநலன்களை அருளும் தன்மை புதன் மேட்டில் உள்ள சிறகைத்தி (A) அளக்கும்.

எப்பொழுதும் சாத்திரம், புன்சீர்ப்பும் அடுத்தவர்களைப் பற்றி அவசியமற்ற முறை யில் பேசாதிருப்பது போன்ற குணநலன்களை அப்பெண்மணிக்கு அருளக் கூடிய தன்மை (O) சத்திர மேட்டில் உள்ள சிறகைத்திவைச் சாகும். எனவே உள்சங் கையில் உள்ள ரேகைகளையும் சிறகைத்திகளையும் நன்றாக கவனித்து இப்படிப் பட்ட பலன்களைக் கூற வேண்டும். மாறாக நடக்கும் பெண்களின் கைகளில் உள்ள ரேகைகளில் குறுக்குக் கோடுகளும், மேடுகளில் சூழி விழுத்தும் காணப்படும். ஆயின் அருள் பெற்றுள்ள பெண்மணி கள் குறையில்லாத உடை பாவனைகளில் அனைத் திலுமே ஒரு நாளிலும் துவத்திற்கெற்ற அடக்கமும் காணப்படும். அப்பெண் மணி குலத்திற்கெற்ற தன்மையாக விளங்குவான். ஆனால் சிலத்த ரோஜா திறத்தில்

உள்சங்கை அமைந்திருப்பினும், மேலே கூறியபடி குறுக்குக் கோடுகளினால் வெட்டப்பட்ட ரேகைகளை உடைவ (C) பெண் களின் பேச்சு தேவையற்ற எனத்தனதுப் பிரதிபலிக்கும். ஏனெனில் அவர்களுக்குக் குடுவின் அருளும், புதனின் பார்வையும் குறைவினை உடைவதாக இருக்கும். பெண் களின் கல்வி, உத்தியோகம் போன்றவை நிறைவுக் கிடைக்காத அமைத்துள்ள நிலைகள் இவைகளைக் கொண்டு அறிவலாம்.

பிறத்த கைரேகைக் களைவார்கள் உள்ளல் கையைப் பாரக்கும் போது மேலே கூறப் பட்ட மேடுகள், சிறகைத்திகள், ரேகைகள் இவைகளின் அமைப்பினால் தங்கு கவனித்தே பலம் கூற வேண்டும். சில சமயங் களில் சில பெண்கள் இளம் வயதில் பிறத்த வீட்டில் எத்த வேலையும் செய் வா ம் தனது பிடிவாதத் தன்மையாலும் உரக் கப் பேசி மற்றவர்களை அடக்கும் தன்மை யாலும், வாயாடிகள் என்ற பெயரைச் சம்பாதித்திருப்பார்கள். ஆனால் அதே பெண் கள் புத்தக வீட்டில் தலவ பெயரும் எடுப் பதை தடைமுறையில் காணலாம். இதற்குக் காரணம் செந்திரித்தமேடுகளில் குறையுள்ள ரேகைகளுடன் சூரக் குறியும் காணப் படும். அந்தச் சூரம்தான் பிற்காலத்தில் அவர்களை குறைத்தை மாற்றும் அருள் சக்கரம் என அறிந்து பலம் கூற வேண் டும். எனவே அடம் பிடிக்கும் பெண்களின் அச்சுமைமாரிகள் அந்தப் பெண்களின் கை களில் இத்தகைய சூரம் இருக்கிறதா எனக் கவனித்து அப்படி இருந்தால் ஆறுதல் அடைவலாம்.

— ஜெகத்குமி கிருஷ்ணன்.





நான்முழுதும் புத்துணர்ச்சி நீடிக்கச் செய்யும் ஒரே டியோடரண்ட் டால்க்

வெல்வெட் லைம் டால்க்.
சர்வதேச டியோடரண்ட் அடங்கியது.
நான்முழுதும் உடலுக்கு புத்துணர்ச்சி
நான்முழுதும் எலுமிச்சைவின் தரமானம்.
இவற்றுடன் இணைபிரியாதிருப்பீர், ஆம்,
இணைபிரியாதிருப்பீர் வெல்வெட் லைம்
டால்க்குடன். அருகாமையின் கருத்தை
அனுபவிப்பீர்.

புதிய

வெல்வெட்

லைம் டால்க் சர்வதேச டியோடரண்ட் அடங்கியது.



5 வெல்வெட்
எலுமிச்சை
400 கிராம்
ஒளி குடன்.
1 வெல்வெட்
எலுமிச்சை
100 கிராம்
ஒளி குடன்.

தலைப்பைப் பார்த்து தான் வந்து வரைப் பற்றி ஆரம்பிக்கப் போகிறேன் என்று நினைத்துக் கொண்டால் அதற்கு தான் பொறுப்பல்ல.

• விருத்தினரை உபசரிப்பது ஒரு தனி அறகு தான். 'ஏன் வந்தீர்கள்?' என்பது போல் மூஞ்சியைக் காட்டுவது, 'சாப்பிட்டுட்டு வந்தீர்களா?', 'எங்க வீட்டில் எல்லாம் எங்கே சாப்பிடப் போறீங்க?' என்று சொல்லித் தண்ணீர் கூடக் கொடுக்காமல் அணுபும் ரகங்கள் நாட்டில் அதிகம். தான் சொல்லப் போகும் உபசரிப்பைப் போல் நீங்கள் கண்டிருப்பீர்களா என்பது கொஞ்சம் சந்தேகம் தான்.

எங்களுக்கு வேண்டப்பட்ட ஒரு கிறிஸ்துவக் குடும்பம். அப்பா, அம்மா, பெண்கள், பிள்ளை. மாப்பிள்ளைகள் என்று கிட்டத்தட்ட பத்துப் பேர். உபசரிப்பதில் கபடமற்ற தல்ல இதயங்கள். கிறிஸ்துமஸ் வந்துவிட்டால் தனக்குத் தெரிந்த சில குடும்பங்களைக் கூப்பிடுகிறார்கள் என்றால் அது ஏதோ சாதாரண அழைப்பாக நினைத்து விடாதீர்கள்.

விருத்தானியின் உற்றார், உறவினர், தாரத்து உறவு (இவர்களுக்கு ஆனே தெரிவாது என்றாலும் கவலை இல்லை) என்று எல்லோரையும் முகவரி தேடி, 'கண்டிப் பாய் வந்தே ஆக வேண்டும். நீங்கள் வந்தால்தான் பண்டிகை சிறக்கும்' என்று கடிதமாவது எழுதி விடுவார்கள். அவர்கள் வெளியூரிலோ அல்லது வெளிநாட்டிலோ இருந்தாலும் அதைப் பற்றி இவர்களுக்குக் கவலை இல்லை.

இத்தகைய விநோத அழைப்பிதிகளில் ஒரு முறை தாலும் என் குடும்பத்திலும் உற்றார், உறவினர், தன்பர் என்று புடைசூழச் சமார் பதினைந்து பேர் சென்றோம். 'இப்படியா அமைவதது!' என்று முணுமுணுக்கக் கூடாது. எங்களுக்கு ஆணித்தரமாகப் பிறப்பிக்கப்பட்ட அன்புக் கட்டளை அது.

• எனக்கு மட்டும் கொஞ்சம் உதறலாவே இருந்தது. இதற்கு முன் எதெச்சை





யாகக் காதாண நாட்களில் துன்புரிக்க ஆறு பேர் சென்றனர். சொல்லாமல் நிம் சென்று வந்தவர்களைச் சரியாகக் கவனிக்க முடியவில்லையென்று துக்கப்பட்டுக் கொண்டே எடுதா இருப்பதைவாங்கு சாப்பிட்டுக் செல்லுங்கள் என்று கவனிக்க.

அளவுக்கு மீறிய உபசாரத்தினால் ஆளுக்கு 15 பருப்பு உருண்டைகள், ஒரு கிலோ காய்கறி வகைகள், ஒரு கிலோ சாதம் என்று கணக்கில் உன்னை செல்ல. ஒரு வாரம் வரை அவர்களில் நடமாட்டம் நாட்டில் இல்லை.

'என்ன ஆயிற்று?' என்று தேடி விசாரித்த போது அவர்களில் பதில்.

'வயிறு சரியில்லை. நான் கட்டிலை இழுத்து பாத்திரமியேயே போட்டு படுத்துக் கிடத்தேன். அப்படி ஒரு சங்கடமாகி விட்டது' என்று கூறி என்னை உறார் படுத்தியுள்ளார்கள்.

கிறிஸ்துமஸ் காலம் பதினொரு மணி. நாங்கள் மயிலோரும் அவர்கள் வீட்டில் உடியினோம்.

வாங்க! வாங்க!
'அம்மா வாங்க! அங்கின் வாங்க!
'ஹிஹி! ஹிஹி...!
'சித்தப்பா வாங்க! சித்தி வாங்க!
'ஹாம்.. ஹாம்!
'பாப்பா வாங்க'

!!!!

உறவு முறை கண்டு குழம்பி விழிக்கக் கூடாது. எங்கள் குடும்பத்தில் சித்தப்பா.

பெரியப்பா என்று குழந்தைகளின் உறவு முறையை மூன்றிட்டு அனைவரும் அதே பெயரினாலே அழைப்பது வழக்கம். புதிதாய் வருபவர் குழம்புவார்.

நாடாவென்று நான் மூலக்களிலிருந்தும் தாற்காலிகள் இருக்கப்பட்டன. மோடாக்கள் போடப்பட்டன. மேக மேகமாக ஓடி ஒருவருக்கொருவர் முட்டிக் கொண்டனர்.

பதிலைத்து பெரியம் வீட்டு மணிதான் ஒவ்வொருவராக வந்து 'வாங்க வாங்கம்' சொல்லி முடிப்பதில் இருபது நிமிடங்கள் செல்லவாயிற்று.

குடும்பத் தலைவர் அடுக்களைப் பக்கம் திரும்பி தூக் கொடுத்தார். "இந்தாம்மா. முதலில் கைகளைவை" கொண்டா. பேசிக் கொண்டே கைகளைவைச் சாப்பிட்டோம்." 'கைகளைவை' ஒருவரைவொருவர் பார்த்துக் கொண்டோம்.

நான்கு பெரிய தாம்பாளங்களில் முறுக்கு (நாறு விதம்), காராபூத்தி, காரா சேய். அவ்வா இன்னும் மேர் சொல்லத் தெரியாத இந்தியாநிகள் திரப்பப்பட்டு நான்கு பேருக்கு ஒரு தாம்பாளம் என்ற கணக்கில் வைக்கப்பட்டது.

ஒரு பெரிய 'வாங்க' கட்டையே வைத்து விடப்பாரம் செல்லவாம்.

'அம்மா... மம் சாப்பிடுங்க.

'தம்பி... கூச்சப்படாதேப்பா.. நம்ம விடுதான். கம்மா சாப்பிடு.

குடும்ப அங்கத்தினர்கள் சில மாஸ்டர் கள் போல் எங்களைக் கெற்றி கெற்றி வந்தனர்.



என் கண்டசிப் பெண் சற்று நிதானம். எவரில் பலவகை 'கல்கலா'க்கள் திணிக்கப் பட்டவுடன் எதைச் சாப்பிடுவது என்று தெரியாமல் விழித்தான்.

பாப்பாவுக்கு இதைல்லாம். பிடிக்கலை போலிக்கு. சேடம். ஜோஸப். பாப்பாவுக்கு பிஸ்கட் கொடு.

இது குடும்பத் தலைவியின் குரல். மேரி, தாக்கலாக், கீர்ட், பிரிட்லாண்டியர், ஹாரிஸ்க்ஸ் போன்ற பல கடம்பெலி பிஸ்கட் பெயர்கள் அவள் மூன் கொட்டின. என் பெண் மேலும் மிரண்டாள். "ஜோஸப், குழந்தை காரும் என்று அறிவு வேண்டாம். சாக்லேட் வாங்கி வருவதற்கென்று

மீண்டும் தலைவியின் மிரட்டல். எட்டு கால் பாலச்சலில் ஜோஸப் பேக்கரி சென்று குறையாத திரும்பினார். "வேண்டாம் அங்கின். வேண்டாம் அங்கின்" என்று என் பெண் அவரை அவரை ஒரு பையில் நிரப்பப்பட்டு அவள் கையில் மாட்டப்பட்டது.

"வீட்டுக்குப் போய் சாப்பிடு" என்று சொல்லி முதுகில் செல்லமாக ஓங்கித் தட்டி வதில் என் பெண் கபிள்நெயின் சிக்கப் போல் ஓடி விழுந்தாள்.

"மேரி, சக்கிரம் வந்தாக்ஸ் கொண்டு வரம்மா

"இதோ வந்துட்டேன் அப்பா."

பூரி - மசாலா, மசால்லாடை, மெதுவடை தொண்டை, சட்னி, சாம்பார் இவை அணி வகுத்து வந்தன.

"இதுவா ஸ்நாக்ஸ்" நான் ஒரு சேனையை அல்லவா கூட்டிக் கொண்டு சென்றிருக்க வேண்டும்.

துரத்தித் துரத்தி எங்கள் தட்டுகள் நிரப்பப்பட்டன. இதன் இடைவெளியில் குடும்பத் தலைவர் பலவகை பழங்களையும் (பலா பழம் முதல்கொண்டு) கொண்டு வந்து

மலை போல் குவித்தார்.

எங்களுக்கு மிகவும் பயம் பிடித்துக் கொண்டது. என் அம்மாவும், சித்தியும் சாமாத்தியமாக அவரிடம் பேசி பழங்களை பிறகு சாப்பிடுகிறோம் என்று வாங்கி வைத்தார்கள்.

இதன் பிறகுதான் நன்னட்புறம் விழுந்து ஆரம்பம் ஆகிற்று.

விட்டிபீள் புலம், குருமா, பெரியல் வளக்கல், சிப்ஸ், ரசம், சாம்பார், பாயஸம் என்று வரிசையாக வந்து கொண்டேயிருந்தன.

என் சித்தப்பா தலை மேல் தட்டை தூக்கிப் பிடித்து "சொன்னால் கேட்கலாம். நான் நினைவு சாப்பிட்டு விட்டேன். என்னை விட்டு விடுங்கள்" எத. எத என்று குதிக்க. மேரி கபடி விளையாடுவது போல் பாத்திரமும் வைக்காமல் அவைத்தார்.

என் சித்தி அழாத குறையாகக் கெட்டுவிட்டார்.

எங்கள் உடன் வந்த நண்பர் தட்டில் மீது குப்பை விழுத்து எல்லோரும் செம்பு விட்டார்கள் என்று பார்த்துத் தப்பித்த பெருமைமிக் தலைவியிருந்தார்.

சிக் டென்ஸின் போல் துரி பார்த்து விசைப்பட்ட இரண்டு வடைகளைத் தன் தட்டில் கண்டதும் அதிர்ச்சி அடைந்தார்.

வசமாக மாட்டியவர எங்கள் உடன் வந்த இராணுவ மேஜர்தான். தன்னுடைய மிஸ்டிரி பஸ்தைத் பயன்படுத்திக் கூட தப்பிக்க முடியாமல் ஒரு துருக்காயத்தைத் துறையில் போடச் சொல்லி பேசக் கூடக் இல்லாமல் படுத்துக் கிடந்தார்.

எங்கள் குடும்பவிலைவே மனைப் போல் பலசாலியானவரே மண்டு மண்டு சோர்ந்து விட்டார்.

மணி இரண்டு. எங்கள் யாருக்கும் கண்கள் திறக்க முடியவில்லை. மூளை முடுக்கு களில் சுருண்டு விட்டோம்.

"சிறிது நேரம் படுத்து ஓங்கு எடுங்கள். சரியாகி விடும்" என்றவர்.

மணி மூன்று இருக்கும். ஏதோ வாசனை அடிக்க நான் பயத்துடன் மெதுவே கண் திறந்தேன்.

என் தலை அருகில் ஆலி பறக்க பத்திரியும், காப்பியும் இருந்தன.

மறுபடியும் நாங்கள் ஓட. அலரிகள் துரத்த.

தப்பித்தோம். பிழைத்தோம் என்று விடுவது சேரித்தோம்.

அன்பு அறு போல் ஓட வேண்டும். வெள்ளம் போல் அடித்துச் செல்லக் கூடாது என்று இயர்களுக்கு எடுத்துச் சொல்ல ஆசைதான். ஆனால் அதற்குள் போண்டா வந்து விடுமோ என்ற அச்சத்தில் திரும்பச் செல்லவில்லை.

— கே.செல்வம்.



உலக அளவில் அங்கீகரிக்கப்பட்ட
உயரும் உயரும் சோதனம்.

LAKSHMI

Raaga

தேவதாசுலக கருவியாகும்,
உலக அளவில் அங்கீகரிக்கப்பட்ட உயரும் உயரும்

1 லட்சுமி மில்லன்

பாலியெஸ்டர் பாலியெஸ்டர் - காட்டன் காட்டன் சேலைகள்



செய்முறை:

அரிசிவையும், அவளையும் தனித் தனி யாக தன்றாகக் கழுவித் கொள்ளவும். இரண்டையும் ஒன்றாகச் சேர்த்து, பாத்திரத் தில் போட்டு இவை முழுகும் வரை, கடைத்த மோரை விட்டு ஊற வைக்கவும். சிறிது உப்பு சேர்த்து, ஹலாக அரைத்துக் கொள் ளவும். மாவில் 8 மஸ்பூன் சர்க்கரைவையும் சேர்த்துக் கரைத்து வைக்கவும். ஆப்பம் கரும் பொழுது தண்ணீர் சேர்த்துக் கரைத் துக் கொள்ளவும்.

ஆப்பம் — 3

தேவையான பொருட்கள்:

பச்சரிசி — 3 கப்.
உளுந்து — 1 தேயில் ஸ்பூன்.
புழுங்கல் அரிசி சாதம் — 1½ கப்.
சஸ்ட் — ½ மஸ்பூன் (முத்தியாவில்லை).
சர்க்கரை — 8 மஸ்பூன்.
சோடா — ½ ஸ்பூன்.
உப்பு — தேவையாகவெறும்.

செய்முறை:

பச்சரிசிவையும், உளுந்தையும் தன்றாகக் கழுவி, ஊற வைத்து, ஹலாக அரைத்துக் கொள்ளவும். இத்துடன் வடித்த புழுங்கல் அரிசி சாதத்தையும் கலந்து அரைத்து வைக் கவும். வெதுவெதுப்பான தண்ணீரில் சஸ்ட் டைப் போட்டு, அத்துடன் சர்க்கரையும் கலந்து மாவில் சேர்த்துக் கொள்ளவும். வேண்டிய உப்பைச் சேர்த்து மாண்புக் கரைத் துக் கொள்ளவும். கடுமையு சோடாவைச் சிறிதளவு தண்ணீரில் சேர்த்து, கலந்து கொள்ளவும்.

ஆப்பம் — 3

தேவையான பொருட்கள்:

பச்சரிசி — 3 கப்.
அவல் — 1 கப்.
உளுந்து — 1 மஸ்பூன்.
சர்க்கரை — 3 மஸ்பூன்.
உப்பு — சிறிது.

செய்முறை:

முதலில் நான்னையும் சேர்த்து தன்றாகக் கழுவி ஒரு பாத்திரத்தில் தண்ணீர் விட்டு ஊற வைக்கவும். உப்பு, சர்க்கரை, சேர்த்து ஹலாக அரைத்துக் கொள்ளவும். மாண்பு அரைத்து முடிக்கும் தறுவாயில் 8 மஸ்பூன் மைதா மாண்பையும், 1 மஸ்பூன் ரவைவையும்

ஆப்பத்தைப் பற்றி...

இப்பலகாரம், அதிகமாகக் கோளா லிலும், துரிதநாட்டிலும்தான் செய்கிறோம். ஆகவும், சிறிது வித்தியாகமாவே செய் வப்படுகிறது. கோளாவில் இதற்கு முக்கிய மாகத் தேங்காய், தேங்காய்ப்பால், இளநீர் என்று அதிகமாகவே உபயோகிக்கிறார்கள். துரிதநாட்டில் தேங்காய் அதிகம். சேர்க்கா வில் பாலும், கனாந்து, வெந்தயம், சேர்க்கி றார்கள். ஆகனாய் தோளை தோலவே ஆகி விடுகிறது. ஆப்பம் தேங்காய் சேர்த்துச் செய்யப்படுவதாக, குதி கூட தந்தான் செய் கிறது. ஆனால், சர்க்கரையில் அறிவுரைப் படி தேங்காய் சேர்ப்பது ஒரு குறிப்பிட்ட வயதிற்கு மேல் கவியலா. ஆகனால் இங்கு தேங்காய் இல்லாமல் செய்யும் சில ஆப்பம் களில் செய்முறையும் கொடுக்கப்பட்டுள் ளது.

காணலில் சாப்பிடும் வழக்கம் உள்ள வர்கள், முதல் நாள் காணலில் ஊறப் போட்டு, சாவுந்திரம் அரைத்து வைக்கவும். மாண்பு புபுலுக்கு என்றால் இரவு ஊற வைத்து, காணல் அரைத்து வைக்கவும். இதற்கு இட்லியைவிட புனித்துப் பொய்க் காவல்தான் தன்றாக இருக்கும். ஆப்ப உட்டி யில் அப்புவது குழிவான எண்ணெய் வான னியில் மாணவ விட்டு, ருபு வைத்து, இரண்டு பாகத்தையும் கொட்டியாகப் பிடித் துக் கொண்டு சுழற்றவும். நடுவில் சிறிது உப்பிக் கொண்டு வரவேண்டும். திருப்பிப் போடக் கூடாது.

ஆப்பம் — 1

தேவையான பொருட்கள்:

புழுங்கல் அரிசி — 3 கப்.
அவல் — முக்கால் கப்.

சேர்த்துக் கொள்ளவும். ஆப்பம் கடுவ தந்த ½ மணி நேரம் ஓர்ப்பு ½ உப்புடன் சோடா கம்பைக் கிழிது வெதுவெதுப்பான தண்ணீரில் கலந்து மாலில் சேர்த்துக் கொள் ளவும்.

ஆப்பம் — 4

தேவையான பொருட்கள்:

பச்சரிசி — 3 கப்,
உளுந்து — 1 டேபிள் ஸ்பூன்,
தேய்காய்த் துருவல் — 1½ கப்,
இளநீர் — ½ கப்.

செய்முறை:

அரிசியையும், உளுந்தையும் கழுவி. தண் ணீரில் ஊற வைக்கவும். கிழிது கம்பையும் சேர்த்து அரைத்துக் கொள்ளவும். தேய் காய்த் துருவலையும் சேர்த்து, ஊறலாக அரைக்க வேண்டும். இளநீரில் கொஞ்சம் மாணிக் கலந்து கொள்ளவும். மாணிகளில் ஹிட்டுக் கூழ் போல் காஞ்சி மாலில் சேர்த் துக் கொள்ளவும்.

ஆப்பம் — 5

தேவையான பொருட்கள்:

பச்சரிசி — 3 கப்,
அவல் — ½ கப்,
தேய்காய்த் துருவல் — 1½ கப்,
உளுந்து — 1 டேபிள் ஸ்பூன்,
இளநீர் + சர்க்கரை — 2 கப்.

செய்முறை:

பச்சரிசி, அவல், உளுந்து ஓரன்றையும் கழுவி ஊற வைக்கவும். தேய்காயை உடைத்து இளநீரோடு கிழித்துக் கொள்ளவும். இதில் சர்க்கரைவைச் சேர்த்துத் தண்ணீராக வைக்க வும். ஊறிய அரிசியைக் கண்ண ஊறலாக, உப்பு சேர்த்து அரைத்துக் கொள்ளவும். இத் தூய் தேய்காய்த் துருவலையும் சேர்த்து அரைக்கவும். வைத்திருக்கும் இளநீரைச் சேர்த்துக் கொள்ளவும்.

ஆப்பம் — 6

தேவையான பொருட்கள்:

பச்சரிசி — 3 கப்,
உளுந்து — 1 டேபிள் ஸ்பூன்.

அவல் — ½ கப்

சொட்டி — 5 (ஓரங்களை எதிர்ப் வேண்டாம். பழைய சொட்டியின் காய்ந்து போன ஓரங்களையும் சேர்த்துக் கொள் ளவும்.),

அவல் — ½ கப்.

செய்முறை:

பச்சரிசி, உளுந்து, இரண்டையும் ஊற வைத்து அரைக்கவும். அவலையும் ஊற வைத்து, சேர்த்து அரைத்து வைக்கவும். உப்பு சேர்க்கவும். சொட்டியைத் தண்ணீ ரில் தண்ணீர்ப் பிழித்து மாவுடன் சேர்த்து அரைக்கவும்.

ஆப்பம் — 7

தேவையான பொருட்கள்:

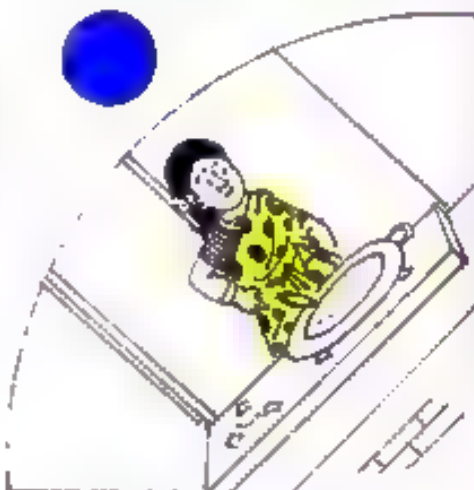
பச்சரிசிப் பொடி — 4 கப்,
பொடியைச் சலித்த குதுளை — 1 கப்,
ஒரு ஈழத் தேய்காயின் பால்.

செய்முறை:

மாணிகளில், குதுளையைப் போட்டு, கிழிது தண்ணீர் சேர்த்துக் கூழ் போல் கிண் டவும். பொடியில் கிழிது உப்பு சேர்த்துத் தேய்காய்ப் பால் சேர்த்துக் கரைத்துக் கொள் ளவும். இதில் கூழை ஹிட்டுச் சேர்த்துக் குழைத்து வைக்கவும். ஆப்பம் செய்யும் ழன் தண்ணீர் ஹிட்டு ஆப்பம் செய்யும் பக்குவத்தில் கரைத்துக் கொள்ளவும்.

மேலே கூறியுள்ள ஆப்பங்களுக்கும் தோட்டுக் கொள்ள குருமா, சாணி இவை தூறாக இருக்கும்.

— விசாலம் நாராயணஸ்வாமி.



என்னிடம் வரும் அநேக பெண்களின் குறைகளில் "எனக்குத் தலைமுடி அதிகம் கொட்டி, நன்றது விட்டது."

"கண்ணைச் சுற்றிக் கூறுவனையம்."

"முகத்தில் அதிகச் சுருக்கங்கள் தொன்றி விடுகின்றன" என்பதுதான் அதிகம்.

இவர்கள் அதிகம் கவலைப்படுவது உடல் ஆரோக்கியத்தைக் காட்டிலும் வெளிப்புற தொற்றத்தைப் பற்றித்தான்.

ஆரோக்கியமான அழகு குறைவதற்குக் காரணம் சரியான விதிகாச்சார முறையில் முன்றலாக உணவு சாப்பிட்டுவதுதான். நம் வீட்டில் உள்ள பெரியவர்களைப் பாருங்கள். நம்மைவிட நல்ல அடர்த்தி முடியுடன், நரை கம்பியாக, சதா 'அக்கு வலி, இங்கு வலி' என்று குறை கூறாதவர்களாக, கறுகறுப்புடன் திடமாக வேலை செய்கக் கூடியவர்களாக இருப்பார்கள். ஏன்? இவர்கள் நன்ற உண்டார்கள், உழைத்தார்கள். எல்லாம் ஒரு கட்டுப்பாட்டில் இருந்தது. செலவும் அதிகம் செய்ய மாட்டார்கள்.

இப்பொழுதெல்லாம் எதற்கெடுத்தாலும் செலவுதான். மருத்துவச் செலவு தாக்குப் பிடிக்க முடிவதில்லை. ஒருவேளை வெளியில் உணவருந்தினால் செலவும் கூடி, கொதாரக் குறைவைப் பற்றியும் ஐயப்பட்டு, வேண்டியுள்ளது. நாகரிக உலகில் பல முன் னேற்றங்களுக்கிடையில் சில குறைபாடுகளும் உள்ளன. இவற்றை ஆராய்ந்து நாம் நல்லவற்றையெல்லாம் ஒருசேர எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

தான்ஒரோ புதிதாகவுன்றையும் சொல்லி விடப் போவதிருண். நம் பெரியோர்கள் எது நமக்கு நன்மை பயக்கும் என்பதை ஆராய்ந்து நாம் அறிவாமலேயே அவற்றை நம் அன்றாட வாழ்க்கையில் புத்தி விட்டனர். அவற்றைதான் நான் உங்களுக்குத் சுற்று ஆராயப்படுத்துகிறேன்.

தமக்குதான் எத்தனை பதவிகள், நாம் தானே வீட்டின் நேராமலினிடர், டயட்டிஷியன், டாக்டர் எல்லாம். அதனால்தானே ஒரு பெண் படித்தால் ஒரு குடும்பமே படித்த தற்குச் சமம் என்றார்கள்.

கோவிலில் 'தமக்கு எத்தனை ஆரோக்கியமான விஷயங்களைச் சொல்கிறது தெரியுமா? அது சொல்லும் இரகசியங்களைத் தெரிந்து கொண்டால் நாம் போழுவியாகியோ மாறி விடலாம்.

இந்து கோவில்களில் அழைந்ததும் நாம் காணும் கடவுள் பிள்ளையார், இந்தப் பிள்ளையாருக்கு 'அருகம் புல்' மானை பிஷ்யம் விசேஷம். இந்த அருகம் புல்லின் இரகசியம் உங்களுக்குத் தெரியுமா?

'ஆகாததெல்லாம் அருகம் புல்லில் ஆகும்' என்பார்கள். தீராத உடல் நோய்கள் கூட அருகம்புல்லின் சாற்றினைத் தோடாந்து அருந்தி வர தீர்ந்து விடும். இதனைச் சுட்டிக் காட்டத்தான் முதலில் வணங்கப்படும் பிள்ளையாருக்கு இதனைச் சூட்டி அதன் முக்கியத்துவத்தை உணர்த்தியுள்ளார்கள். கானலில் இச் சாற்றினை சுத்தமான தீருடன் கலந்து அருந்த இரத்த அழுத்தம்,

கோவில்கள்

முலமாக —

அழிக,

அழிக,

அழிக!

நரம்புத் தளர்ச்சி, உடல் எடை இவை ஒடி ஒளித்து விடும்.

வேப்ப மரத்திலை 'சக்திவித்' ரூபமாக வழிபடுகிறோம். ரொம்பக் கனிய் குழத்தை கனிய் உடல் தலக்குறையு. மனதோய் இவற்றிற்கு வேப்பிலை அடித்து குணப்படுத்தப் படுவது வழக்கில் இருக்கின்றது. உடல் நலனைப் பேணிச் சர்க்கை மிதவும் உதவும் வேப்பிலை.

விரல் சூப்பும் குழத்தைகளில் விரலில் சிறிது வேப்ப எண்ணெயைத் தடவும்போது விரல் சூப்பும் பழக்கமும் விட்டு, சிறிது உள்பே செல்லும் வேப்பிலை வலித்தில் உள்ள பூச்சிகளை அறவே நீக்குகிறது. விரல் சூப்பும் பழக்கம் விடும் போது பல் முள் நீண்டு வருவது தடுக்கப்படுகிறது.

சிறு துண்டி வேப்பிலை உள்பே சென்றாலும் பூச்சிகள், கிருமிகள் அழிவின்றன.

அம்மை நோய் போன்றவைகள் நோய் களுக்குக் கூட வேப்பிலை ஒரு தடுப்பு நிவாரணமாக இருக்கிறது.

பெண் குழந்தைகளுக்கு அடிக்கடி வேப்பிலை, மஞ்சள் அளரத்து உடலில் பூசி குளிக்க வைத்தால் 'வாங்கிய' என்ற முறையில் கூட, கால்களில் முடி நீக்கும் வேலையே இருக்காது.

கோடை காலமாகிய இப்போது மூதல் நாயே சிறிது வேப்பிலைகளைப் பறித்து ஒரு பக்கெட் திரில் போட்டு வைப்புகள். மற்றவை குளிக்கும் பொழுது இதைக் கவந்து குளித்தால் வெயில் காலத்தில் ஏற்படும் சுகம நோய்களிலிருந்து தப்பலாம். ஆறாத புண் களுக்குக் கூட வேப்ப எண்ணெயைத் தடவி வர குணமாகும்.

தலையில் பொருது, பேன் தொல்லை உள்ளவர்கள் தலைகாளியின் மேல் வேப்பிலையைப் பூத்தி ஒரு துண்டால் முடி தலை வைத்து படுத்துத் தூங்குகள். தொல்லை நீங்கி விடும்.

அடிக்கடி தலைவலி, எண்ணல் தொந்தரவு உள்ளவர்கள் மிகச் சிறிதளவு குரு செய்த வேப்பெண்ணெயைத் தலைக்குத் தடவி குளித்து வரலாம்.

சிறு சிறு விஷவய் களுக்குக் கெல்லாம் டாக்டருக்குச் செல்லாமல் தவிர்த்து விடலாமே.

விலங்கும் சிலனுக்கு கஷத்தது. சிலக் கொயில் பிரசாதத்துடன் ஒரீரண்டு சிலங்க இலைகளையாவது காணலாம். இது இரத்த சோனை, மஞ்சள் காமாலை, மற்றும் தொற்று நோய் இவைகளின் தடுப்பு மருந்தாகும். விலங்கு இலைச்சாறு மிதவும் கண்புடைவது. விலங்கு இலைவைச் சாறாக்கித் தினந்தோறும் சிறிது குடித்து வரலுக்கள். மனமும், உடலும் ஆரோக்கியமாகும்.

பெருமான் கோவிலில் துளசித் தூக்கியப் பிரசாதம் இதன் மருத்துவ குணத்தைப் பற்றி ஒரு சிறு புத்தகமே எழுதலாம். இதன் மூக்கிய குணம் இருமல், களி, கபம்



முனைக்கிளை, அளரக்கிளை, பாகைக்கிளை, பாகைக்கிளை இவைகள் மட்டும் கணம்படுத்தாக அரிபும் முன் பத்து நிமிடம் சர்க்கரைத் தண்ணீரில் முக்கி வைத்திருந்தால் அதன் குறி அதிகரிக்கும். சமைத்த பிந்து நித்திப்பும் தெரியாது.

— தொடர்.

இவற்றை அடியோடு தீர்த்து விடும். ஆய்வுமா நோயாளிகள் கூட காணல் பத்து துளசி இலைகளை மென்று தின்பது நல்லது என்று இவற்றை வைத்தியத்தில் உற்ப்படுகிறது. வீட்டில் மீதவாரிக்கும் பொழுது சிறிது துளசி இலைகளைச் சேர்த்து வாராகுங்கள். நல்ல மனத்துடனும் இருக்கும்.

கோவிலில் முக்கியமான பூம் எலுமிச்சம் பூம். இது 'ராஜகனி'. எந்தவல்லா அழகுக் கப்படுகிறது? தீயவற்றை அகற்றி விடும் துர்க்கையைப் போல நம் உடலில் உள்ள தீயவைகளை எலுமிச்சை அகற்றி விடும்! பெரிய மன்தர்களைக் காணச் செல்லும் போது கூட எலுமிச்சை கொண்டு செல்லுவதை அறிந்திருப்பீர்கள்.

தினமும் ஏதாவது ஒரு வகையில் எலுமிச்சம் பழத்தை உணவில் சேர்த்துக் கொள்ளுங்கள். பழச் சாறாகவோ சாஸெட்டின் மீது பிழிந்தோ, நோரில் கலந்தோ, அல்லது ரசத்திலோ எப்படி சாறும், சாணம், புல் போன்ற சப்பில்களில் கலந்தோ உபயோகிக்கலாமே. ஒரே பழங்களுக்கு அதிக செலவும் இருக்காது.

இப் பழம் எப்படி உதவுகிறது என்று நீங்கள் உணர வேண்டும். உடல் சோர்வு நீங்க, நரம்புத்தளர்ச்சி நீங்க, உடல் அழகு பெற வைட்டமின் 'சி' சத்து அதிகம் பெற, நோய் தடுப்புச் சக்தி அதிகரிக்க, பித்தம் நீங்க, புண்கள் ஆறு, சறுக்கல் மயிப்பு என்று விவரித்துக் கொண்டு போகலாம்.

காலைலில் நீட்டன் வெந்தீருடன், பாதி எலுமிச்சம் பழச்சாறு, ஒரு கைப்பூன் தேன் கலந்து அருந்தி வர உடல் இளைத்து வளப்பு பெறும்.

பெண்கள் தேய்காய் எண்ணை, எலுமிச்சம் பழச்சாறு கலந்து, தலை, முடி இவற்றில் தடவி குளித்துப் பாருங்கள்.

தெரியாமலா கொண்காரிகள் இதை ராஜகனி என்று?

அம்மனுக்கு மஞ்சள் காப்பு சாத்துவது, மஞ்சள் கலந்த அரிசியினால் ஆகி வழங்குதல், மஞ்சளை தண்ணீர் ஆடைகளை மணமக்கள் அணிவது. மஞ்சள் பூசி குளிப்பது

வினாயகம்
செய்தால் உதவி
வரும் தீது
தவிர்த்தல் வினாயகம்
செய்தால் உதவி
வரும் தீது
தவிர்த்தல்
வினாயகம்

மருத்தி
வினாயகம்
வினாயகம்
வினாயகம்
வினாயகம்

Keelimp

VIP

இவற்றிற்கு நீங்கள் என்ன காரணம் கூறுவீர்கள். மஞ்சள் மயக்கம் சின்னம் என்று உண்மையான ஆனால் அதன் மருத்துவ உண்மை, மஞ்சள் சிறந்த ஆண்டி செப்டிக் கிருமி நாசினி என்பதுதான்.

கூட்டம் துறைந்த இடத்தில் இந்த மஞ்சள் நனைந்த ஆடை போய்ச் கிருமிகளில் இருந்து ஒரு சவசமாக மணமக்களைக் காக்கிறது! உடலுக்குத் தேவத்துக் தனிப்பதும், சனமயலில் சேர்ப்பதும் இக் காரணத்தினால்தான். ஆரோக்கியமானதே ஆக. ஆகவே போல பவரும் ஆசிரியரும் செவ்யும் உண்களாகப் பவ ஆரோக்கியத்தையும் விவாதியையும் பாப்பும் இடம் வாகுக்கு என்ன உடம்பு என்று கூட்டத்தில் கணிக்க முடியும் எனவே மஞ்சளூடன் சேர்த்து உள்வயை கைவிட்டுத்து அரிசி விழும் போது, மணமக்கள் மற்றவர்களின் கோய்களில் இருந்து காக்கப்படுகிறார்கள்.

தேங்காய் ஒரு சத்துள்ள உணவுதான். அக் காலங்களில் மக்கள் கோவில் செல்வது என்பது ஒரு வாதத்தினாலே போல் நெடுத் தூரம் நடந்து செல்ல வேண்டும் அப்படி நடந்து களைப்புறும் போது பிரசாதமாக வெறப்பறும் இந்தத் தேங்காயை அவர்கள் உடைத்து உண்டு சற்று இளைப்பாறுவார்கள். இது உடலுக்கு அதிகச் சக்தி கொடுக்க வல்லது.

கட்டு சாகத்திலும், மற்ற வகை உணவு

களிலும் தேங்காய் சேரும் போது வழிப் பணத்தில் தேம்பு வந்துிறது. அக் காலத்தில் உண்பதற்கெற்ப உண்ப்பு இருந்தது. அதனால் உணவு நமக்கு செரித்தது. இக் காலத்தில் இயத்திரங்களின் உதவியுடன் நாம் வாழ்க்கை நடத்தும் பொழுது 'தேங்காய்' கொவண்டாரணம் அதிகப்படுத்தும் என்று உணவில் சற்று விலக்கியும் போம்.

சத்தனத்தை உடலில் பூசிக் கொள்வதும் உடலை தனிச்சரிப்படுத்துவதற்குத்தான்.

அன்றைய மலை மீது இருந்த கோவில் கூடம், பிரகாரங்களும் போது மக்களின் உடற்பலிச்சிக்குப் பெரிதும் உதவின. மலை மீது ஏறுவதும், மிகப் பெரிய கோயில் பிரகாரங்களைச் சுற்றி வருவதும் அருமை வான உடற்பலிச்சி. ஆரோக்கியத்திற்குப் பிக மிகத் தேவையானது. தினமும் ஒரு எம்லா வது நடப்பதுதான். உலகம் முழுக்க டாக்டர்கள் ஒருமித்து கூறும் விஷயம் இது.

இவற்றையெல்லாம் நாம் உங்களுக்கு எடுத்துச் சொல்லும் காரணம் நம்முன்னோர்கள் மதைச் செய்தாலும் அதை ஒரு காரணத் தோடே செய்து வந்தார்கள் என்று வலியுறுத்தத்தான். வாத்நீரை, ஹீதம், பிரசாதம் போன்றவைகள் நம் உடல் ஆரோக்கியத்தை மனத்தில் கொண்டே செயல்பட்டிருக்கின்றன.

— டாக்டர் கமலி.

மகளிர் மன்றம் என்றாலே வெறும் பொழுது போக்குமிடம் என்ற பலரது எண்ணங்களை மாற்றும் வகையில் மாதா மாதம் மகளிர்க்குத் துறைக்கெடுத்துத் ஏதாவது சம்போகப்படுமாடி செய்வ வேண்டும் என்பது மகளிர் மன்றத்தின் முக்கியமான கொள்கைகாக்கப்பட்டது.

மாதா மாதம் தாங்கள் நடத்துப் பலவித உபயோகமான நிகழ்ச்சிகள் தனியே இலவசமாக நடைபெறும். நைதல், அழகுத் துறிய்ப்பு வகுப்புகள், எம்பிராய்ரி ஆகிய வகுப்புகளும் நடக்கின்றன. மன்றத்தின் புதிதத்தைவராக சிதா விசுவநாதன் தேர்த்தெடுக்கப்பட்ட

டாக்டர்.

பொதுமக்களின் வேண்டுகோளுக்கிணங்க, எங்கனது முதல் ஆண்டு விழாவை ஒரு நடைச் சஷவு தா உத்தம அரங்கேற்றி, அத்துடன் ஆண்டு மன்னையும் வெளியிட்டு கொண்டாட தினைத்தோரம். அதன்படி, மிகச் சிறப்பான முறையில் திகழ்ச்சிகள் நடத்தின. எங்கனது பணி தொடர் இறைவனின் ஆசீர்வையும் மக்களது ஒத்துவழப்பையும் வேண்டி திறவிதோம்.

அகிலா கப்பரமணம்.
செவலாளர்.

அமராவதி
அவினிய
மெண்கள்
சங்கம்



பெரியூறு விடியும் போதே சமாளரம் வந்து விட்டது! பால்காரத்தான் கூறினான். "என்னடா சொல்றே? பெரியம்மா தானே? என்று அவசரமாகக் கேட்டேன்!"

"அப்படி இருந்ததான் தெலுங்கினோ! ஐயாவோட சம்சாரமுங்கி!" என்று கூறி விட்டுப் போய்விட்டான். அனாத் துக்கத் தொகு பிட்டுரை சொட்டு சொட்டு என்று தட்டிக் கொண்டிருந்த என் மனஸைச் செல்வத்திடம் மெதுவாக விஷயத்தைக் கூறினேன். அவரும் அதிர்ந்து போய் விட்டான். தம்பாமை என்னாக் சத்தெனமாகப் பார்த்தான்.

"என்ன உளரீதிக்கா போன கூடுவெள்ளிக் கிழமை கோவிலிலே பார்த்தேன்! மகாலட்சுமி மாநிலி நின்று பேசிட்டுப் போனா! இந்தப் பால்கார அவசரக்குடுக்கை ஏதாவது பேத்தறதோ என்னவோ! இல்லை! நீங்கதான் சரியா காதுலேவாங்கிக்கணியா!.."

"போடி! வேலைமெனக்கெட்டு உங்கிட்ட விடியக்காத்தாலே வந்து இப்படி ஒரு சமாளரத்தை சொல்லைப் போறேனா? பால்காரன் தீர்மானமா சொன்னான்னு சொல்லிண்டேயிருக்கேன்..." நான் எரிந்து விழுந்தேன்!

செல்லம்மா வந்து போனான்! "என்னங்க இது! அறியாவம்! மாமிக்கென்ன அப்படி செத்துப் பேற வயசா? மாமாவே இப்போத்தானே ரீடைபா! ஆனா? மூத்த பொண்ணு பிரஸித்த இப்போத்தான் ரெண்டு மாமாவாது! கலியாணத்துக்கு வேற ஒரு பொண்ணு இருக்கு! அத்தனை பொலும் பையும் மாமா தலைலிலே கட்டிட்டு இவ பாட்டுக்கு போய்ச் சேர்த்துட்டானே! வமனுக்குக் கண்ணே இல்லியோ!"

ஆமாம்! சில நேரங்களில் உலக நடப்பு விவகாரங்களைப் பார்த்தும் போது, வமனுக்குக் கூட கண்ணில் கட்டராக்ட் வந்திருக்குமோ என்றுதான் தோன்றுகிறது! சேபே சர்மாவிந்து என்பது வயதிலே நாயார் இருக்கிறான்! கழி, கொம்பு எதுவும் வைத்துக் கொன்னாமல் கண்காது எதுவும் பூறு இல்லாமல், தன்றாக நடமாடிக் கொண்

டிருக்கிறான். பாசி போய் அவளுக்கு நமக் காரம் செய்தாலும் சரி, நிறைஞ்ச ஆசிர வந்ததையும் பண்ணிவிட்டு "பாட்டி என காய்விடமா இருக்கறப்பவே செத்துப் போவிட்டனாங்கு வெண்டுக்கோ கொழுந்தே" என்று உறுவான்.

சர்மாகுட சில சமயம் தாயா கரக கோபித்துக் கொள்வார். "பிரானக் போற துக்கும் வேண வரணும்மா! நீ ஏன் அதனவே ஸ்பிக்கிண்டிருக்கோ!" என்பார். நிறைஞ்சு ஏரே ராத்திரியில் எதிர்பாராமல் நன் மருமகன் போய் விட்டதில் அந்தப் பாட்டி எத்தனை அதிர்ச்சியடைந்திருப்பாள்!

செல்லம் பரபரப்பாகக் காரியத்தில் இறங்கினான். காப்பியைக் கொண்டு வைத்தான். "இதைக் குடிச்சிட்டு, தீங்க போய் ஒரு நடை எட்டிப்பார்த்துட்டு வந்துருங்க! என்னதான் பால்காரன் சொன்னாக்கூட எனக்கு தம்பிக்கையா இல்லை! நீங்க வந்துப் புறம் நாலு போறேன்! அதுக்குள்ளே, நானுக்கரை வக்கட்டு ரெடியா இருக்கேன்!" செல்லம் மனமனவென்று உத்தரவுகளைப் பிறப்பித்தான்.

நான்! விளம்பினேன்! எனக்கும் கொஞ்சம் உதறலாகத்தான் இருந்தது. சமாளரம் திறுந்தானா என்று உள்நுற உதைப்புதான். ஆனால் நான் வானலை விட்டு இறங்கி தெருவிலே இரண்டடி வைப் பதற்குள்ளாகவே எதிரி விட்டு கோபாவதும் வந்து சேர்ந்து கொண்டாள்! பால்காரன் அக்டு, பாலோடு இந்த விஷயத்தையும் சொந்து எல்லோருக்கும் சபணை செய்திருக்கிறான்!

கடைசி வீடு சேபே சர்மாவுகூடவது! விட்டைப் பார்த்தவுடனேயே விஷயம் நினை மெ திரானைமாகத் தெரிந்துவிட்டது. செத்துப் போனவர்களுக்குத்தான் முகத்திலே பிரேதக் கண்ண வந்து விடுகிறது. விட்டிந்தே அப்படி ஒரு செத்த கணை வந்து விட்டிருந்தது!

தயக்கியவாறு உள்ளே போனோம்! கட்ட நடு கூடத்திலேயே விடத்திலிருத் தார்க்கள், சர்மா பரிதாபமாக ஒரு பக்கமாக

கோபத்திலும்

ஒரு நீயாயம்

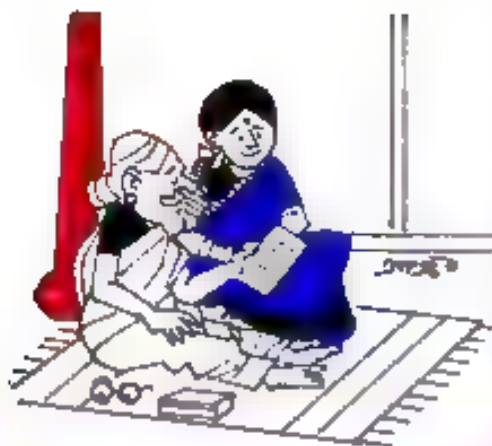
- சுந்தர் ஜெயராமன்

உட்கார்த்திருத்தார். இரவு பன்னிரண்டு மணிக்கு மாரிலி என்றாலாம்! சாதாரணமாக எப்போதும் கொடுப்பது போல் மாத்திரை கொடுத்திருக்கிறார்கள். வயி ரொம்பவும் அதிகமாகி, மூச்சுவிடச் சிரமம் படவே, டாக்டரை அழைத்திருக்கிறார்கள். ஆனால் டாக்டர் வருவதற்குள்ளாகவே எல்லாம் முடிந்து விட்டது.

பாட்டி கருண்டு தூலியால் ஒரு மூலை யில் கிடத்தான். பெண்கள் இருவரும் அழுது கொண்டு அம்மாவின் அருகில் இ ரு த்தார்கள். அப்பயன்தான் கேட்பவர்களுக்கு எல்லாம், சலிக்காமல் விபரத்தைக் கூறிக் கொண்டிருந்தான்.



நான் திரும்பினேன். செல்லம் வாசற் படியிலேயே காத்துக் கொண்டிருந்தான். நான் உள்ளே சென்று விட்டு வந்த பிறகு அவன் திரும்பினான். அவன் முகம் பார்க்க சலிக்கவில்லை. ஏற்கெனவே மகா கோஷம்! இரண்டு நாட்கள் முன்பு கோவிலில் பார்த்த சிறேயிடு, பேசாமல் படுத்து விட் டான் என்றால்...! அவன் தீரணித்துக் கொள்ள முடியாமல், மெதுவாக நடந்து போனான்.



கண்ணாடி பார்க்கும் நேரம்

ஒரு சமயம் என் பாட்டியைக் கண்ட டாக்டரிடம் அழைத்துப் போய்க் கண்ணாடி போட்டு கூட்டி வந்தேன். பாட்டி மிகவும் திருப்தியாகக் காணப்பட்டார். மருத்து எப்போதோ, அப்படி டாக்டரிடம் ஆவோ கண்களையிடுவதற்கு வரவழிவோ மிகவும் கவனமாக இருப்பார் பாட்டி. அப்படியே புகர், பல நடவை கண்ணாடியைக் கழட்டி வைத்து விடுவார். அடிக்கடி ரூபியிட்ட சில மணிகளில் கழட்டுவதையும், போடுவதையும் பார்த்த தான். பாட்டியிடம் என்ன காரணம் என்று கேட்டேன். “அதுதான் டாக்டரே அட்டைடன் எழுதித் கொடுத்திருக்கிறாரே எப்பொழுது கண்ணாடியைப் போட்டுப் பார்க்கலாம் என்று” பாட்டியின் பதில் தானும் சரியாகக் கூறுவதில் கவனமாயோ என்று டாக்டரிடம் பிரச்சினை எழுதும் இருந்துப் பார்த்தேன். உடனே பாட்டி அத்துடன் இருந்த டாக்டரிடம் தமிழ் விசிட்டியை காட்டி என்னிடம் காட்டினார். அதில் டாக்டர் பெயருக்குக் கீழே— “பார்க்கும் நேரம்: காலை 9 மணி முதல் 1 மணி வரை மாலை 5 மணி முதல் 7 மணி வரை ஞாயிறு விடுமுறை” என்று அச்சிடப்பட்டிருந்தது. பாட்டி இதைப் பார்த்து விட்டுத்தான் கச்சிதமாகக் கழட்டுவதும் போடுவதும் இருந்திருக்கிறார். எங்களுக்குள் சிரிப்பை அடக்க முடியவில்லை. பாட்டிக்கோ இவ்வளவு புத்திரோலியாக இருந்தும் இவர்கள் தம்மைப் பார்த்து “எதற்குச் சிரிக்கிறார்கள் என்று புரியவில்லை.

பத்து நிமிடங்கள் வழித்து பிரஷர் குக்கரை அணைத்து விட்ட வேண்டும் என்று சொல்லச் சொன்னதை மீண்டும் ஞாபகப் படுத்திக் கொண்டு, பெப்பரோடு வாசலில் வந்து உட்கார்த்தேன். மனசே சரியில்லை! என்ன அறிந்தியானதொரு வாழ்க்கை! இப்படி ஒரு மார்வலி வந்தால், குக்கரை அணைப்பதற்கு தான் இருப்பேனோ என்ன வேலா. என்னை தம்பிப் போலிருக்கிறானோ இந்த சொல்லம்? எனக்குச் சிரிப்பு வந்தது! அட! சொல்லம் வந்து விட்டானே! அந்த குக்கரைகளை? தான் மனத்தில் திணைத்து அவருக்கும் தொன்றிவிட்டதா? எப்படி இந்தனை சிக்கிரம் வந்து விட்டான்? முகத் திவே அசாத்திய கோபம்?

“என்னமது! போன வேகத்திலே திரும்பி வந்திருக்கே!” தான் கேட்கமுன்பே பட்ட வேன்று பொரித்து கொட்டினான்!

“ஆமாம்! அந்த விட்டுக்குள்ளே நுழைந்தோனே! ஆனாலும் உங்க தென்திருக்கு இந்தனை வகற்புத்தி வேண்டாம்! விட்டே ஒரு துக்கம் நடந்தா. தாதுபேர் வந்ததான் சொல்லா! இது கூடவா அந்த மனுஷருக்குத் தெரியாது! என்ன சத்தம்! என்ன கச்சல்! அதுதான் அந்த மாமி. கமல்களியா கருக்க போய்க் சேர்த்துட்டா! இந்த புத்தி செட்ட மனுஷரிடமே இந்தனை தான் குடித்தனம் பண்ணியதே பாவம்! அவ தனவெழுத்து. அதென்ன சத்தம், ஞானம் மனுஷனை வெய்வாம் பார்த்து!” சொல்லம் மூக்க வாய்க் இரைந்து விட்டு, நுக்கரை அணைக்க உன்னை விசைத்தான்.

விசையும் இதுதான்! சேமா வந்திருந்த மணிதரகனை வெய்வாம் பார்த்துத் திணென்று ஒரு சத்தம் போட்டிருக்கிறார். “வாரும் இங்கே வாயெண்டியுவிடலை! எல்வோரும் எழுந்து போங்க! தீங்கன்னாம் துக்கம் கேக்க வசலியேவென்று தாங்க வாரும் இப்போ அழகலை! போங்கோ எவ்வோரும் வெளியிலே!” என்று ஒரே கூச்சல் போட்டிருக்கிறார். எல்லோரும் அரண்டு போய் வெளியிலே வந்து விட்டார்கள். அவர் வாசைக்கையை இழுத்து மூடி விட்டாராம்.

தான் போலிருந்தபோது மணிதர கனாகத்தானே இருந்தார்! எனக்கு ஆச் சேமமாக இருந்தது! பெண்டாட்டி திரும்பை போலவிட்டதில் மனுஷனுக்குப் புத்தி ஏதாவது புகுந்தது விட்டதா? அந்தத் தெரு முழுவதும் ஒரு வாரம் இதே பேச்சுத் தான்! ஆனால் வாரும் தம்பித்தவரிக் கூட அந்த விட்டுப்பக்கம் போகவில்லை.

ஒரு மாதம் வழித்து, ஒரு தான் தான் ஆபிரிவிருந்து விடு திரும்பும் போது, எதேக் கையாகப் பார்த்தேன், வாகவராததாலில், சேமே சேமா உட்கார்த்திருந்தார்!

“வாக்க!” என்று அழகாக அழைத்து புன்னகைத்தார்! தான் வேறு வழியில்லாமல்,

-
- A photograph of a man and a woman looking at a document together. The man is on the left, wearing a light-colored shirt, and the woman is on the right, wearing a dark top. They are both looking down at a document or book they are holding. The background is dark and indistinct.



ஸ்ரீ கிருஷ்ண குங்குமம்



சிறுபாதிக்கப்பட்டவர்களும் திருமுகம்





அடுத்த முறைக் குளியலில் கொத்துமல்லியை கண்டிப்பா சேர்த்திடுங்க !

கொத்துமல்லி . உங்கள் உடலுக்குக் குளுமையும் புத்துணர்ச்சியும் தரும் பாரம்பரிய மூலிகை தன்னூசி, வெற்றிவேர் போன்ற கோடைநிலை குட்டைத் தனித்து, உடலில் குளுமையுடன் வைக்க, இயற்கை வழங்கும் வரப்பிரகாரம்.

இந்த சிறப்புகள் அனைத்தமே தாங்கி வருகிறது. மெடிமிக்ஸ் ஆயுர்வேத சோப்.

அது விவரமே மற்றும் துரிதாற்றத்தை கிரட்டுகிறது; வேர்க்குருவைத் தடுக்கிறது.

இந்தியா முழுவதிலுமிருந்து சேகரிக்கப்பட்ட ■ வெவ்வேறு மூலிகைகளைத் தூய்மைவான

தேய்லாய் எண்ணெயில் கலந்து தயாரிக்கப்படுவதால், மெடிமிக்ஸ் ஆயுர்வேத சோப்,

உங்கள் கருமத்தை கத்திகொடுத்து, பாதுகாத்து பராமரிக்கிறது.

இதுவரை கண்டிராத அளவுக்கு உங்கள் கருமத்திற்குக் கோடைகால கெத்தை அளிப்புகள்.

மெடிமிக்ஸ் ஆயுர்வேத சோப்



கோடைநிலை
குளுமை தரும்
சோப்.

அச்சு வழித்து கொண்டே அவர் அருகில் போய் அமர்ந்து கொண்டேன். மறுபடியும் என்னைவாறோ பேசினார்! பெண் காப்பி கொண்டு வந்து வைத்தாள். எனக்கு தடுக்கம்ம்தான். எந்த நிமிஷம் என்ன கத்துவாரோ என்று! கடைசியில் அவரே விஷயத்திற்கு வந்தார்.

"நம்ப சமூகத்தை நொம்ப நொம்ப நிரூபிப்பார்களும் சார்! அன்னிக்குப் பாரூங்க... அவ போய்ச்சேர்ந்த அன்னிக்கு துக்கம் கெட்க வந்தது ஏன் சார் அப்படி உரை நூம்?" ஐயோ பாவம்! குழந்தைகளை விட்டுட்டு போயிட்டானேன்று சொல்லும் நியாயம்! வயசு காலத்துல பாட்டி தலைவிலே இத்தனை பொறுப்பை தள்ளிட்டானேன்று சொல்லும்! அதுவும் நியாயம்தான்! திரிந்து எல்லாருமா எங்கம்மா மேலே பாயறா! ஏற்கெனவே எங்கம்மா ராத்திரி முழக்க தூங்காம அழுது துடிச்சு, தன்னை விட்டுட்டு அவனைத் தூக்கிண்டு போயிட்டானேன்று அந்த வயதிற்கு ராஜ்யத்துக்கு வக்காரிச்சனை பண்ணி ஓய்ந்து போய் வருண்டு டிடக்கா!

கார்த்தாய பார்க்கிறேன், வரிசையா ஒவ்வொருத்தா "ஐயோ! யமனுக்குக் கண்ணிலுண்டே" அப்படிக்கறா ஒருத்தர்! "யமனுக்கு தட்டுக் கெட்டுப் போயிடுத்தோ!" அப்படிக்கறா இன்னொருத்தர். "பாட்டி! உங்களை வைச்சுட்டு அவனை வாரிண்டு போயிட்டானே இந்த யமன்! அப்படிக்கு

உகாம சொல்லி கட்டி அழுறா இன்னொருத்தி! கடைசியிலே யாரோ "ஐயோ பாட்டி! குத்துக் கல்லாட்டம் நீங்க இருக்கறச்சே இதென்ன அதிபாயம். அப்படிக்கறா என்னாலே ஆத்திரத்தை அடக்கவே முடியலை! ஒரே சத்தமா போட்டு எல்லாணரையும் வெளியிலே துரத்திட்டேன்! யின்னெ என்ன சார்? என் மண்ணைச் செத்துப் போனதுக்குத் துக்கம் விரைகிறதா அல்லது எங்கம்மா உயிரோடு இருக்கறதற்கு அனுதாபம் தெரிவிக்கிறாள்?" அப்பத்தையே வயலிலே, என் மண்ணைச் செத்துப் போனதாலே, என்பது, வயலிலே எங்கம்மா உயிரோடு இருக்கறது பெரிய அதிபாயமா? ஆண்டவன் விதிப்பது எல்லாம் நடக்கறது! என்பது வயசு என்ன சார். எங்கம்மா இன்னும் துலு வரையும் கூட இருப்பா! இவாருக்கென்ன? ஏதுடா அந்தக் கிழவி ஏற்கெனவே தொந்து போயிருக்காளேன்று, அதுதலா "நல்ல காலம்! நீங்க இருக்கேன் குழப்பத்துக்குத் துணையா!" அப்படிக்கு ஒரு வாரித்தை சொல்லத் தெரியலை! உபயோகமற்ற துணைகள்!"

அவர் கோபத்திலும் கொஞ்சம் நியாயம் இருப்பதாகத்தான் எனக்குத் தோன்றியது. அவர் ஆலேசம் கொஞ்சம் தணிந்த பிறகு நான் நல்லபடியாக விடைபெற்றுக் கொண்டு விடு வந்து சேர்ந்தேன்.

கருடன்

கதை: கிருஷ்ண பட்டம்: விஜய்

நட்புக் கவிஞர்



நான் கண்ணை மூடிண்டு ரஸ்ரூ



கிது சந்திரா, ப்ரியாவா.

எப்பவுமே கண்ணை
தோத்துப் போயிடு
கறதுக்கு ஜோரா
புடிச்சேன். கண்ணை

எனக்கு வெவ்வேற ஆரஞ்சு ட்ரிங்ஸ்
குடிச்சப் பார்த்து எல்லாத்தையும் விட
வேன். ஆஹா, தெரியும் அது என்னோட
நெறைய நெறைய குடிக்கலாம்ஓ

சொல்வா ஏன்னா ஒ

கிளாஸ்



தூறுக இலகுவாக இயைபு இலகுவாக இலகுவாக இலகுவாக இலகுவாக

புத்துணர்வுட்டு

பிழித்தமான கவைகள்

துன்னு சொல்லுவேன்!

ரச்சி ஆட்டத்துல
வன், அதனால் ஜயிக்
ழியை கண்டு
படிப்பேன், அண்ணா



எது சுவையானது சுவைச்சுச் சொல்லு.

ருவான். ஒவ்வொண்ணா
வையானதுக்கு வந்திடு
ஸ்னன்னு. ரஸ்னா
அம்மா



ம்ம்ம்...கிது தான் ரஸ்னா!

பக்கட்ல 32 சுவையான
ரஸ்னா கிடைக்கும்.

ரஸ்னா

பிடித்தமான விலையில்.



முதல் பரிசு:

செம்பருத்தி ரோஜா சர்பத்

தேவையான பொருட்கள்:

செம்பருத்தி - 30 பூக்கள்,

ரோஜா - 25 பூக்கள்,

சர்க்கரை - 1 கப்,

தண்ணீர் - ½ கப்,

சிட்டுக் ஆகிட் - ½ டீஸ்பூன்,

டோயோலிஸ் (அ) ரோஸ் எஸன்ஸ் -

1 டீஸ்பூன்.

செய்முறை:

பூக்களை இரண்டு தம்னிர் தண்ணீர் ஹிட்டு ஒரு தம்னிர் ஆறும் வரை கொடுக்க ஹிட்டு இறக்கி நன்றாகக் கடைத்து வடிவட்டி ஒரு தம்னிர் பூச்சாறு எடுக்க வேண்டும். சர்க்கரை ஒரு கப், ½ கப் நீர், சிட்டுக் ஆகிட் மூன்றையும் ஒரு பாத்திரத்தில் போட்டு தம்நாகக் கொடுக்க வைத்து ஆற வைக்க வேண்டும். இதை மெக்ஸிச துணியில் வடிவட்டி பூச்சாறு, எஸன்ஸ் கலந்து நன்றாகக் கலக்கி பாட்டிலில் ஹற்றி வைத்து தினசரி பருகி வந்தால் (ஐஸ் சேர்த்து ருனர்பாஸமாவோ அல்லது ஐஸ் இஸ்லாமாவோ) உடனுக்கும், தண்ணாடிக்கும் சிறந்த டானிக்.

— ரஜீவா இலகத்தாநாஜா,
அண்ணாமலைநகர்.

இரண்டாம் பரிசு:

கஞ்சி மோர் (காரம்)

தேவையான பொருட்கள்:

பச்சரிசி சாதம் வடித்த கஞ்சி - 2 கப்,

தயிர் - 1 கப்,



இஞ்சி - 1 சிறு துண்டு,

கேரட் - 1,

வெள்ளரிக்காய் - 1,

சப்ஜா ஹித - 1 டீஸ்பூன்,

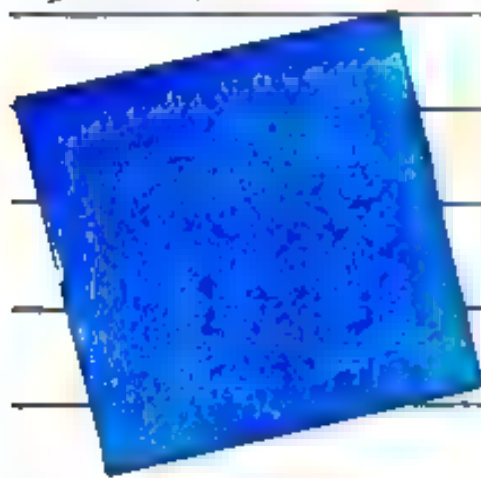
கறிவேப்பிலை - 1 கொத்து,

உப்பு - தேவையான அளவு,

பொதினா இலை - 1 பீடி.

செய்முறை:

சப்ஜா ஹிதையைக் கொஞ்சம் தண்ணீரில் ஹறவைக்கவும். கறிவேப்பிலை, பொதினா இவற்றைப் பொடிப் பொடியாக நறுக்கி வைத்துக் கொள்ளவும். இஞ்சி, கேரட், வெள்ளரிக்காய் இவைகளைத் தேய்காய் பூப் போல துருவி வைத்துக் கொள்ளவும். சாதம் வடித்த கஞ்சியில் தயிரை ஹிட்டுத் திட்டமாக உப்புப் போட்டு நன்றாகச் சிறுப்பவும். சிறுப்பிய மோசில் இஞ்சி, கேரட், வெள்ளரிக்காய் துருவல், கறிவேப்பிலை, பொதினா இவற்றைப் போட்டு



செய்முறை:



விக்ஸப் பழத்தில் நொணைச் சேலி, பழத் தைப் பிசாற்று கொள்ளவும். பிறகு சர்க்கரை சேர்த்து மிக்ஸிளில் போட்டு அடித்து ஐசஸ் எடுக்கவும். மிகவும் கெட்டி வாக இருக்கும். அதனால் ஐஸ் கட்டிகளைப் போட்டு 2, 3 தடவை ஐசஸ் எடுத்துக் கொண்டு 2 ஓலக்காயைப் பொடித்து ஹந்து பாத்திரத்தில் போட்டு சீரெடுத்து நவத்துக் கொள்ளவும். இரவரில் செய்து சீரெடுத்து நவத்துக் காணையில் வெறும் கயிற்றில் காப் பிட்டால் மிகவும் குளிர்ச்சியாக இருக்கும். வெறில் காயத்திற்கெற்ற குளிர்மானம் இது. உடய்தவத்திற்கெற்ற பானம்.

— பத்மா மணி, கல்கத்தா - 38.

நங்கு கலக்கவும். ஹதிய சப்ஜா விதைகய இந்த மோரில் கலக்கவும். இந்தக் குளி மோரி கொடைக்கு ஏற்ற குளிர்மானம். சப்ஜா விதை உடய் குட்டை தணித்துக் குளு மையை தரக்கடியது. மோரி கொஞ்சமாக இருக்கும் போது உட மெற்கொள்ளபடி குளிரியில் கலத்து பரிமாறலாம். விருப்பப் பட்டால் குளுசை தணித்துக் கொட்டலாம்.

— ஆர்த்தி, கடலூர்.

முந்தாண் பரிசு:

விக்ஸப் பழம் ஐசஸ்

தேவையான பொருட்கள்:

விக்ஸப்பழம் - 1 (பெரிய மாப்பழம் அளவில்)

சர்க்கரை - 300 கிராம்.

ஏலக்காய் - 2

ஆறுதல் பரிசு:

இளவங்கு சரிபத்

தேவையான பொருட்கள்:

இளநீர் - 3 காய்கள்.

துக்கு - 3

சர்க்கரை - 1 தேக்கரண்டி.

ஏலக்காய் - 2 (தேவையானால்)

துக் கெட்டிகள் - 3 (தேவையானால்)

செய்முறை:

இளநீரை உடைத்து ஒரு பாத்திரத்தில் ஹற்றிக் கொள்ளவும். துக்கைத் தோல் சேலி சிறு சிறு துண்டுகளாக நறுக்கிக் கொள்ளவும். மிக்ஸிளில் சிறிதளவு இளநீர், சில துண்டுகள் துக்கு, சர்க்கரை, ஐஸ் கட்டிகளைப் போட்டு ஒரு சற்று சற்று எடுத்து அசைத்துக்கவும் - முந்தாண் கலக்கவும்.



பத்மா மணி



கல்கி



சு.சு.சு.

ஏலக்காய் பொடித்துப் போடவும். இளநீரும் நுங்கும் உடலுக்கும் தல்லது. பருகவும் கனவவாக இருக்கும்.

— கமதி ராஜன், பெங்களூர்.

ஆறுதல் பரிக:

தரிவேணி ஸ்ருவாஷ்

பச்சை மாங்காய் (நடுத்தர அளவு) - 5,
இஞ்சித் துண்டங்கள் - 1 கப்,
ஏலக்காய் - 10.

சர்க்கரை - மாங்காய் சாறு அளவு எடுத்துக் கொள்ளவும். சாறு ஒரு பங்கு என்

றால் 3½ பங்கு சர்க்கரை.
தண்ணீர் - சாறு அளவும், தண்ணீர் அளவும் சமம்.
டோனோலின் - 2 டேபிள் ஸ்பூன்,
கே.எம்.எஸ். பொடி - ½ டீஸ்பூன்.

செய்முறை:

மாங்காயை ஆவியில் வைத்துக் கொள்ளவும். ஒரு ஆறிய பின் நன்றாகப் பிழிந்து சாறு எடுக்கவும். இஞ்சித் துண்டுகளை நன்றாக அரைத்து விழுதரிக்கவும். வாய் அகன்ற பாதிரத்தில் தண்ணீரை விட்டு, அதில் சர்க்கரையையும் சேர்த்துக் கொடுக்கவிடவும். மேலாக வரும் அழுக்கை நீக்கவும். சர்க்கரை கரைந்து கொடுக்கட்டும். இதில் இஞ்சித் சாறையும் ஏலக்காய் பொடியையும் சேர்க்கவும். இறக்கி வைத்து நன்றாகக் குளிர் வைக்கவும். ஆறிய பின் மாங்காய் சாறை கலக்கவும். இதில் 2 டேபிள் ஸ்பூன் 'டோனோலின்' எஸன்ஸை சேர்த்து, கே.எம்.எஸ். பொடியை, சிறிது தண்ணீரில் கலத்து 'ஸ்ருவாஷ்'ல் சேர்த்து, பாட்டிலில் விட்டு வைக்கவும். குளிர் தண்ணீரில் குளிக் கேற்றபடி விட்டு வைத்து குடிக்கவும். 'டோனோலின்' சேர்ப்பதால் திராட்சை பின் குளியல் வரும். மாங்காயின் புளிப்பும், இஞ்சி மணமும், திராட்சையில் குளியல் கலந்த இந்த 'தரிவேணி ஸ்ருவாஷ்' எந்த பருவ காலத்திலும் சாப்பிடக் ஏற்றதானதாகும்.

— இத்திரா வைத்தியபிங்கம்,
பாலக்காடு.

பரிகம் பொருட்கள்:





அவளுக்கு மிஸ்தீனாவும் அமிர்தமும் நூன் என்று பெரியோர்கள் தெரிவாமலா சொல்லி வைத்தனர்.

சமீப காலமாகவே ஆயிரில் தூங்குவதும் வேலைக்காரி பற்றியும் ஜோக்குகள் அதிகமாக வாரப் பத்திரிகைகளில் வருவது அனைவரும் அறிந்ததே!

தற்போது அளவுக்கு மீறி வரம்பைத் தாண்டி வீட்டு வேலை செய்பவர்களை இழிவு படுத்துவது போல ஜோக்குகள் வருவது சிரிப்பை வரவழைப்பதற்குப் பதில் வேதனையைத்தான் வரவழைக்கின்றது.

ஜோக்குகள் வாங்கிட்டுச் சிரிப்பை அளவது துறைத்தபட்சம் புன்னைகளை யாவது வரவழைக்கக் கூடியதாக இருக்க வேண்டும். அப்போதுதான் அதற்கு 'ஜோக்' என்ற பெயர் பொருத்தும்.

சாதாரணமாக வேலைக்காரி அக்கம் பக்கத்து வீட்டு வம்புகளைக் கொண்டு வருவதால் அவளை திசூல் பேப்பர், ரேடியோ, தொலைக்காட்சி என்றெல்லாம் குறிப்பிட்டு ஜோக்குகள் வருவது முன்பெல்லாம் வழக்கமாக இருந்தது.

தானுக்கு நான் அவர்கள் 'காரெட்டை' இழிவுபடுத்துவது போலவும், வீட்டு ஜன

மாஸ்களையுடல் படுக்கையறை வரை தொடர்பு வைத்துக் கொள்வது போலவும் வரும் ஜோக்குகள் புற்றீசல் போல வெளி வருவது படிப்பதற்கே அருவருப்பாகவும் வேதனையாகவும் உள்ளது.

இந்த ஜோக்குகளைப் படிக்கும் அளவு படிப்பறிவு வேலை செய்பவர்களுக்கு இவ்வை என்ற தைரியத்தில் எழுதுகிறார் கனா என்பதும் புரியவில்லை.

எழுதப் படிக்கத் தெரிந்த வேலைக்காரிகளும் அதிகம் உள்ளனர். எஜமானி ஆயின் போனதும் வீட்டில் வகுவின்ற 'சர்க்கு லைஷன் ஸைப்ரர்' புத்தகங்கள் அனைத்தையும் படித்து முடித்துவிட்டு மீதி நேரத்தில் வீட்டு வேலை பார்ப்பவர்களும் உள்ளது. அவர்கள் படித்து போக மீதியே நாம் படிக்கிறோம்.

சதானந்தத்திற்கு சில 'ஜோக்' துகள்: —

ஒருவர்: குதுகுளாகக் காத்தே காலை விடா வேலைக்காரியாண்டு நான் கடுகடாச் சொல்வேன்.

இவர்: எப்படி?

முன்மவர்: எங்க வீட்டு வேலைக்காரி

வேலைக்காரிகளும் —

பெண்கள்தானே?

ரவிக்கங்கு முன் பக்கம்தான் பட்டன் வைப்பா. அதை வைக்கத்தான்.

இன்ஸ்பெக்டர்: உங்க வீட்டு வேலைக்காரி இருடிட்டுப் போயிட்டா என்மீரீகளே, அடையாளம் ஏதாவது சொல்வ முடியுமா?

இவர்: இருப்புக்குக் கீழே ஒரு தழும்பும், தொடைமில் ஒரு மச்சமும் இருக்கும் இன்ஸ்பெக்டர்.

எஜமானி: நான் எங்கையோ சொல்லிப் பார்த்தாக, இருப்பில் கிள்ளுகிற பழக் கத்தை என் கணவர் நிறுத்தவே மாட்டேய்கறாரிடி.

வேலைக்காரி: நான் சொல்லியே கேட்காத மனுஷன் நீங்க சொன்னால் எங்கேயோ கேட்கப் போறார்?

இந்த ஜோக்குகள் பெண்களாகிய நம் கைத் தலைகுளிய வைக்கின்றன. இவற்றைப் படிக்கும் பெண்கள் நம் கணவரைத் தனியாக, வீட்டு வேலை செய்பவர்களோடு தெரிவிட்டுப் போகத் தவறுவதில் ஆச்சரியப்பட ஒன்றுமில்லை. வேலை செய்பவர்களும் நம் மகளை, மருமகனை வேலைக்கு அனுப்புவதில் போகப் போகத் தயக்கம் காட்டுவர்.

ஜோக்குகளைப் பரத்த மனப்பான்மை வுடன் ரசித்தால் இதுபோன்ற வேதனைகள் வராதி என்று எழுதுபவர்கள் வினக்கம் கூறுவர். நமக்கும் அது தெரிந்த விஷயம் தான். இருந்தாலும் ஆபாசமாக ஒரு விஷயம் ஆக்கப்படுவதைப் பார்த்துக் கொண்டு பெண்கள் சமுதாயம் கம்மா இருப்பதற்குப் பெயர் பரத்த மனப்பான்மை அல்ல.

வேலைக்காரிகளும் பெண்கள்தாம். நம் வயிற்றுப் பிழைப்புக்காகத் தமக்குத் தெரிந்த வேலைகளைச் செய்து சம்பாதித்து மானத்துடன் வாழ்பவர்கள். அவர்களுக்குத் தன்மானம், மரியாதை இருப்பதை பணிதர்பி மானம் கொண்ட யாரும் மறக்க மாட்டார்கள். தேவைமில்லாமல் குறிப்பிட்ட ஒரு வகை மட்டம் தட்டி ஜோக் எழுதுவது தவிர்த்தப்பட வேண்டிய ஒன்று.

ஒரு நான் வேலைக்கு ஆள் இல்லாமல் இருக்க முடியுமா? ஏன் ஜோக் எழுதுபவர் வீட்டையும் சேர்த்துத்தான் சொல்கிறேன், சித்தித்துப் பாருங்கள்.

இதுவரை மேலெழுந்தவாரியாக இருந்த ஒரு விஷயம் தற்போது விபரீதமாகப் போய்க் கொண்டிருக்கிறது. விளைவப் போகும் விபரீதத்தை உணர்த்து பத்திரிகைகள் வேலைக்காரி பற்றி வரும் ஆபாச ஜோக்குகளைப் போடாமல் தடை செய்ய வேண்டும் என்பதே பெண்களாகிய நம் கோரிக்கை.

— பாண்டி இராமச்சந்திரன்.





NEW helena

VISCOSE BASED SANITARY NAPKINS

Be as Comfortable as
on other days.



உலகமெங்கிலும் பிரத்தியேகமாக 100% விநியோக ரீதியான, பட்டுப் போன்ற உயர் ரக விலகலில் இழைக்கக் கொண்டும், அதில் உறிஞ்சும் தன்மையுடைய உயர் ரக பருத்தியினாலும் தரக்கூடுபவாடுடன் தயாரிக்கப்படும் ஒரே தாப்பில், உடனடியானதும், முழுமைவராதும் உறிஞ்சும் தன்மையாகக் கொண்ட உயர் ரக பருக அடுக்கடுக்காக அமைக்கப்பட்டுள்ளது. உறிஞ்சும் தன்மையற்ற நிலை தாப்பில் இழைக்கலும் மூடப்பட்டுள்ள அடிப்பாகம் உயர்நிலை வரை படராமல் பாதுகாக்கிறது. பிஞ்சுநிலை பின்புறப்பட்ட நிலை இழை தாப்பில் மூலத்தும் மூடப்பட்டிருப்பதால் தாதுக்கு தாது இருப்பதில் அக்கிரமம்.

இத்தயாரிப்பேயே முதல் முதலாக விஸ்கோஸ் இழைக்கக் கொண்டு 25 வகுடங்களுக்கும் மேலான அனுபவத்தின் தயாரித்து வரும் ஒரே தாப்பில்.



தயாரிப்பாளர்:

சர்க்காட் இன்டஸ்ட்ரீஸ் பி. லிட்.,

23, புரவலகம் தெருஞ்சை, சென்னை-600 007.

பேணி: 663004, 663962.

தாதுநிலை உயர்வு
விஸ்கோஸ்



அடர்த்தியான
அழகிய
கூந்தலுக்கு!

உங்கள் கூந்தல் வளப்படுத்தும்,
பொருது வராமல் தடுக்கவும்,
இனதொடைய போக்கவும், அடி
உறுவதை தடுத்தவும், இதோ
உங்கள் முயற்சை கருவியை! உங்களுக்கு
இந்த உறுவதை கருவியை இவற்றை
தந்த 35 ஆயிரக்கணக்கான ரூபாய்
ஆகிய வணிகமாய் நேரமாய்
வாங்கலாய் கொண்டு தராதீர்கள்
படுகிறது



பார்மிகாமல்

மூலிகைகூந்தல்வாதுலம்
தமிழ் அம் தளவரை தயாரிப்பு
கூந்தல் தவத்திதும்
வளத்திதும் டார்மிகாமல்.

DTPR/927/MS/90/CANCO/772

சொல்ல விரும்புகிறோம்!



நானாயத்தைதேய கேள்விக் குறு? ஒக்கலாமா?



* ஜெயா வி. ராமன் டாக்டர்களைப் பற்றி எழுதியுள்ள கட்டுரைகளைப் படித்து மிகவும் வருத்தம் அடைந்தேன். அதில் மருத்துவத்தைப் பற்றியும் மருத்துவர்கள் பற்றியும் மிகவும் மட்டமாக எழுதப்பட்டுள்ளது.

சிங்ஸர் சிங்ஸ் உபாத்தகளுக்கும் பல டெஸ்டுகளைச் செய்கிறார்கள் என்பது அபத்தம். சொல்லப் போனால் செய்ய வேண்டிய டெஸ்டுகளைக் கூடச் செய்யாமல், செய்ய வசதி இல்லாமல் பல நோயாளிகளுக்கு வைத்தியம் செய்ய வேண்டி இருக்கிறது. டாக்டர் சீட்டு கொடுக்கும் போது என்ன எழுதிக் கொடுக்கிறார் என்று சொல்லால் மருத்துவம் படிக்காதவருக்குப் புரியுமா? அளாவியை மருத்துவம் எழுத டாக்டர்கள் முட்டாள்கள் அல்ல. ஆண்டிபயாடிக்ஸ் கொடுக்கும் போது கட்டாயம் வைரஸ் மிள்கள் கொடுக்கவேண்டும். இல்லாவிடில் வாயிலும், வயிற்றிலும் புண்ணாகும். ஏற்கெனவே எத்தனையோ பெண்கள் மூடி மூடி மாறாது. ஆப்போஷன் செய்ய வேண்டிய காலத்தைக் கடந்து, பிறகு டாக்டர் பரிசோதனை செய்யும் போது மூத்திய நிலைக்கு வந்து உயிரை இழக்கிறார்கள். ஆப்போஷன் முறைகளிலும் அனல்நீரிய முறைகளிலும் அதிக மூல்தேற்றம் அடைந்துள்ள இத்தக் காலத்தில் இப்படி ஒரு கட்டுரை தேவையா? டாக்டர் எப்போதுமே நோயாளிகள் கேட்கும் நிவாயமான கேள்விகளுக்குப்

பதில் சொல்வார்கள். ஆனால் டாக்டருடைய தான்மத்தையே கேள்விக்குறியாக்கி னால் - அந்தப் புனிதத் தொழிலுக்கு மதிப்பேது?

— பெயர் சொல்ல விரும்பாத ஒரு டாக்டர்.

* கட்டுரை ஆசிரியர் தெரிவித்துள்ள கருத்துக்கள் பொதுவாக ஒப்புக் கொள்ளப்பட வேண்டியவைவரலாம். ஆனால் அதிலுள்ள ஒரு லரிதான் என்ன இத்தக் வதும் எழுதத்தக்கது. ('வலி இல்லா விட்டால் தெர்னியா ஆப்போஷன் அவசியமற்றது') கட்டுரை ஆசிரியர் எம். பி. பி. எம். படித்த டாக்டரா. இவ்வையா என்பது தெரியவில்லை. இருந்தாலும் அந்த வரி சரியல்ல என்பது எனது அபிப்பிராயம்.

தெர்னியா (Hernia) என்ற நோயில் பல வகை உண்டு. Inguinal Hernia, Femoral Hernia, Diaphragmatic Hernia என்று பலவகை உண்டு. கட்டுரை ஆசிரியர் இவற்றில் எதைக் குறிப்பிடுகிறார் என்று தெரியவில்லை. பொதுவாக Hernia என்றால் உடலில் உள்ள ஏதேனும் ஒரு Hole அல்லது Defect மூலமாக வயிற்றுப் பகுதியில் (Abdomen) உள்ள உறுப்புக்கள் (நெருடல் போன்றவை) வயிற்றுக்கு வெளியே வருவதுதான். இத்தகு ஒரே சித்திரை ராஜ சித்திரைதான். Inguinal Hernia, Femoral Hernia போன்றவை ஆப் பரேஷன் செய்வாவிட்டால் Strangulation போன்ற உயி

குக்கு ஆபத்தான விளைவுகளில் வெவ்வேறு விடலாம். வலி இல்லை என்றால் ஆபரேஷன் அவசியமற்றது என்பது தவறான கருத்தாகும்.

மற்றபடி சிகிச்சைக்காக ஒரு டாக்டரிடம் செல்லும் போது தமக்கு ஏற்படும் எல்லாச் சந்தேகங்களையும் போக்கிக் கொள்ள வேண்டும். டாக்டரிடம் நோயைப் பற்றிய எல்லா விவரங்களையும் நோயாளியிடமோ அல்லது நோயாளியைச் சார்ந்தவர்களிடமோ தெரிவிக்க வேண்டும் என்ற கருத்துக்களை நாளும் ஒரு சரீரன் என்சிற முறையில் ஆமோதிக்கிறேன்.

சென்னை - 93, டாக்டர் பா. து. துரைத்திரன்.

* யாரிடம் சொல்வது, எப்படிச் சொல்வது எனத் தெரியாமல், பிரச்சனைக்குத் தீர்வு காண முடியாமல் தனக்குள்மேயே வைத்துக் கொண்டு மறுபித் தனக்கும் தீவன் களுக்குக் கண்கண்ட தெய்வமாக விளங்கப் போகும் "குடும்பநல ஆலோசனை செயல்பாட்டுக்கு" சமுதாயத்திற்குக் கிடைத்திருக்கும் மாபெரும் பொக்கிஷம்! சமுதாயத்தொன்று புரிவதில் இமாலயச் சாதனை புரிந்து வரும் மங்கைவர் மலரைப் பாராட்ட வார்த்தைகளைத் தேடித் கொண்டிருக்கிறேன்.

திருச்சி - 18, ஜானகிமத்தன் எஸ். ராஜகோபால்.

* சித்ரா வெளிக் கொணர்ந்த 'போலியால் பிரயோகம்' என்ற நூல் உலகறிந்த விஷயமானாலும், இவ்வளவு தென்னத் தெனிலாக சித்ரா அவர்களது பேட்டியை போட்டோக்களுடன் வெளியிட்ட பெருமை மங்கைவர் மலருக்கே!

மதுரை - 2, வந்தவா ரமணி.

* மருக்கா ரமேஷின் "வெவ்வன கர்வம்" கதாநாயகி முதல் அத்தியாயத்திலேயே எங்களின் அனுதாபத்தை அளிப்பதாக வாங்கிக் கொள்கிறான்.

சென்னை - 43, ஏ. ஜெஹர் காநர்.

* 'உங்களுக்குக்காகச் சில விஷயங்கள்' சிலசந்தரின் படைப்பு அருமை. சாதாரணமாக இம்மாதிரியான குறிப்புகளைப் படிக்கும் போது ஏற்படும் சலிப்பு தூசிக் கூட வராமல், அடுக்கடுக்காக விவரித்து, படங்களுடன் தேகப்பயிற்சி செய்வதையும் விளக்கி அருமைவாக அளித்திருக்கிறார் அவர். இதோ! அவருக்காக ஒரு சபாஷ்! பாபநாசம், கல்பகம் தம்பு.

கல்கி

சென்னை - 93, டாக்டர் பா. து. துரைத்திரன்.



பத்ம் பணிவேவாம்
அருள் பெறுவேவாம்

— ஸ்ரீ பரமச்சாரியான் ஜயத்தியை
சொட்டிய சிறப்புக் கட்டுரை.

சென்னை - 93, டாக்டர் பா. து. துரைத்திரன்.

அன்றாட வாழ்வில்
சட்டம்மன்

— உங்களுக்கு மிக மிக உபயோக
மான கையேடு.

சூர்யா

TENNESSEE **OKLAHOMA**

[illegible]

பண்டாரிவின தொழிலாளர்களின் வேலை நிறுத்தம் 32/138 செ.நீ. அம்.நீ. பண்டாரிவின நபருக்கு பதக்க குதிரைப்பந்தாட்டம் அருமை பெண் வேலை. தூதி மரண விசயம். விவரங்களுடன் விசை நம்பிக்கைகள். பிபிடி மண்: 1983.

[illegible][illegible]

* **பிரதமரின் மரணப் பேரறிவு**
நம் நாட்டின் உருத்திரன், புலவர்
நமசிவாய. அவரது 33, 1200-க்கு மேல்
நாள், நாள், மீ. மந்திர அரங்க
மாற்றியிரு. 1989-ம் ஆண்டு 147-
ம் தேதி, மரணமடைந்தார்.
அவர், நாள், நாள் 6, 34 முதல் 38
வரையில் மரணப் பேரறிவு என்னும்.
மேலும் அவர் 1988.

[illegible]

* நான்கு கோத்திரம், பீரங்கு
செய்யும். நான்கு துறை மூலம்.

[illegible][illegible][illegible]

* பரததாசு சேஷதீர்த்தர். துரை. சீரதுரதாசராயர் சேஷரது. ௨. சரதீர்தர், சர்ப்பராயர் ரதாசரது. 1360-
தரீராயர் தீரதுரதரதீர்தர் சேஷரது.
சேஷரது 1380-தரீராயர் ரதாசரது
சர்ப்பராயர், சேஷரதரதரதீர்தர் சேஷ
ரது சேஷரது சேஷரது. (௨. சரீரது
சேஷரது) சேஷரது சேஷரது. (1311.

புதுச்சேரி நகராட்சித் துறையின் கீழ் உள்ள பகுதிகளில் உள்ள வீடுகளைப் பற்றி தகவல் கேட்டபோது, அங்குள்ள வீடுகள் பற்றி தகவல் கொடுக்கப்படவில்லை. மேலும், அங்குள்ள வீடுகள் பற்றி தகவல் கொடுக்கப்படவில்லை.

[illegible]

3. பாரதிதேவன் என்பவர்
மார்ச் 20, 1977-ல் த.க.க.ய.யில்
உள்ளேயே தற்கொலை செய்து
கொண்டார். இவரின் உடலை
பெரிய மருத்துவமனையில்
உட்கட்டி வைத்து அதை
செல்லுமாறு செய்து கொடுத்தனர். பெரிய
மருத்துவமனையில் வைத்து
உட்கட்டி வைத்து அதை
செல்லுமாறு செய்து கொடுத்தனர். பெரிய
மருத்துவமனையில் வைத்து
உட்கட்டி வைத்து அதை
செல்லுமாறு செய்து கொடுத்தனர்.

© 2004 Blackwell Publishing Ltd, *Journal of Internal Medicine* 255: 103–110

தற்போதம் காலத்தில் 24 மணி நேரம் பி.டி. நகரில், சிவப்படி திட்டம், அந்தந்த நகரத்திற்குத் தேவை நகர்ப்பகுதிகளாக வகைப்படுத்தி 24 மணிநேரம் தொடர்ச்சியில் பொருத்தித் தரப்படும் அமைப்பு பற்றி அமைச்சர் கருத்தில் பற்றியிருக்கிறார். சில நேரத்தில், குடிநீர் கிடைக்காமல், இவை தரப்படக்கூடிய இடம் கிடைக்காமல் இருக்கிறது. இதைத் தவிர்ப்பதற்காகப் பொருத்தித் தரப்படும்.

[illegible]

* தான் காவல் தெருவான
வண்டி. கிராமத்தார், குடும்ப
நித்தரம், பணவசதிகள் இப்படி
வெகு விரைவில் துணைவராக
தான் வரமுடியும். வரது 35 க்கு
மேற்பட்ட ஏழைவரன் மற்றவர்க
புறக்கணிக்கும் கிராமப் பேரன்
இதற்கு விளையாடப்படவாம்.
எவ்வளவுதான் வந்ததும், இவர்க
குறிப்புடன் விளையாடப்படும்.
பெரிய வன்: 18.19.

சென்னைக்குள் வந்து 30, மீட்டர் தூரத்திலும், அங்குமிங்குமிருந்தே தோண்டி, அங்காங்குத் தாண்டித் தோண்டிப் பார்த்தும், அங்குமே காணவில்லை. அந்த வரும் போது சேதம் நீங்காத வேலைப் படுத்தும் வேலை இரவுக்குப் பின்னர் தோண்டி, தூத்து குஞ்சுப் பிளந்ததுடன் தொடர்பு கொடுத்தே, மெ. க. என். 1930

* type Vandalen Convert selected tall handsome energetic stunningly youthful down habits proportioned age 43 of highly respectable ancestry seeks unemployed or employed active good looking highly cultured etc. Contact Box No. 1671

* Wanted educated bride for 40 year old Udeyer divorcee. No encumbrance. Practising Chartered Accountant at Madras. Family back around

more important. Contact Ben No. 1633

* Varier Cherai boy Bk 24/140/2386/- Madrasland Pannamavala. South office employed bride or wife to the family. Reply C/A Ben No. 1633

* Alliance invited from graduate employed/unemployed good looking, affectionate, housewifery girl with horoscope and details for Tamil Iyer/Vedanga/Uthayana. Contact Ben unemployed graduate/24/140/2386/- Madrasland Pannamavala. South office employed bride or wife to the family. Reply C/A Ben No. 1633

* Alliance for Saka Vallabha Pillai bachelor 26/168/5488 Contact Ben unemployed graduate/24/140/2386/- Madrasland Pannamavala. South office employed bride or wife to the family. Reply C/A Ben No. 1633

* Wanted a good looking and graduate / graduate / graduate / graduate girl aged 25 years for a Central Government (Government) employed in Engineer, 8 St. B Tash. aged 29 years, 163 yrs. Graduate/24/140/2386/- Madrasland Pannamavala. South office employed bride or wife to the family. Reply C/A Ben No. 1633

* Koroogor boy 29/171/4886/MALCON, M.COM, A.C.A, M.B.C, P.O.M, doing final A.C.A and A.C.M (UK) practicing chartered accountant, with education, fair and beautiful girl between 19 - 24 with good family background. Reply with Bio-data family details and horoscope to Ben No. 1637

* Horoscope requested from Manikavallu Ganesha girl personality for graduate, Madras and, age between 21 years to 24 years for Captain aged Twenty Seven years working in BNS of Indian Army, Uttarak, Maharashtra, Kenya etc. To Ben No. 1638

* North American boy 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58, 59, 60, 61, 62, 63, 64, 65, 66, 67, 68, 69, 70, 71, 72, 73, 74, 75, 76, 77, 78, 79, 80, 81, 82, 83, 84, 85, 86, 87, 88, 89, 90, 91, 92, 93, 94, 95, 96, 97, 98, 99, 100, 101, 102, 103, 104, 105, 106, 107, 108, 109, 110, 111, 112, 113, 114, 115, 116, 117, 118, 119, 120, 121, 122, 123, 124, 125, 126, 127, 128, 129, 130, 131, 132, 133, 134, 135, 136, 137, 138, 139, 140, 141, 142, 143, 144, 145, 146, 147, 148, 149, 150, 151, 152, 153, 154, 155, 156, 157, 158, 159, 160, 161, 162, 163, 164, 165, 166, 167, 168, 169, 170, 171, 172, 173, 174, 175, 176, 177, 178, 179, 180, 181, 182, 183, 184, 185, 186, 187, 188, 189, 190, 191, 192, 193, 194, 195, 196, 197, 198, 199, 200, 201, 202, 203, 204, 205, 206, 207, 208, 209, 210, 211, 212, 213, 214, 215, 216, 217, 218, 219, 220, 221, 222, 223, 224, 225, 226, 227, 228, 229, 230, 231, 232, 233, 234, 235, 236, 237, 238, 239, 240, 241, 242, 243, 244, 245, 246, 247, 248, 249, 250, 251, 252, 253, 254, 255, 256, 257, 258, 259, 260, 261, 262, 263, 264, 265, 266, 267, 268, 269, 270, 271, 272, 273, 274, 275, 276, 277, 278, 279, 280, 281, 282, 283, 284, 285, 286, 287, 288, 289, 290, 291, 292, 293, 294, 295, 296, 297, 298, 299, 300, 301, 302, 303, 304, 305, 306, 307, 308, 309, 310, 311, 312, 313, 314, 315, 316, 317, 318, 319, 320, 321, 322, 323, 324, 325, 326, 327, 328, 329, 330, 331, 332, 333, 334, 335, 336, 337, 338, 339, 340, 341, 342, 343, 344, 345, 346, 347, 348, 349, 350, 351, 352, 353, 354, 355, 356, 357, 358, 359, 360, 361, 362, 363, 364, 365, 366, 367, 368, 369, 370, 371, 372, 373, 374, 375, 376, 377, 378, 379, 380, 381, 382, 383, 384, 385, 386, 387, 388, 389, 390, 391, 392, 393, 394, 395, 396, 397, 398, 399, 400, 401, 402, 403, 404, 405, 406, 407, 408, 409, 410, 411, 412, 413, 414, 415, 416, 417, 418, 419, 420, 421, 422, 423, 424, 425, 426, 427, 428, 429, 430, 431, 432, 433, 434, 435, 436, 437, 438, 439, 440, 441, 442, 443, 444, 445, 446, 447, 448, 449, 450, 451, 452, 453, 454, 455, 456, 457, 458, 459, 460, 461, 462, 463, 464, 465, 466, 467, 468, 469, 470, 471, 472, 473, 474, 475, 476, 477, 478, 479, 480, 481, 482, 483, 484, 485, 486, 487, 488, 489, 490, 491, 492, 493, 494, 495, 496, 497, 498, 499, 500, 501, 502, 503, 504, 505, 506, 507, 508, 509, 510, 511, 512, 513, 514, 515, 516, 517, 518, 519, 520, 521, 522, 523, 524, 525, 526, 527, 528, 529, 530, 531, 532, 533, 534, 535, 536, 537, 538, 539, 540, 541, 542, 543, 544, 545, 546, 547, 548, 549, 550, 551, 552, 553, 554, 555, 556, 557, 558, 559, 560, 561, 562, 563, 564, 565, 566, 567, 568, 569, 570, 571, 572, 573, 574, 575, 576, 577, 578, 579, 580, 581, 582, 583, 584, 585, 586, 587, 588, 589, 590, 591, 592, 593, 594, 595, 596, 597, 598, 599, 600, 601, 602, 603, 604, 605, 606, 607, 608, 609, 610, 611, 612, 613, 614, 615, 616, 617, 618, 619, 620, 621, 622, 623, 624, 625, 626, 627, 628, 629, 630, 631, 632, 633, 634, 635, 636, 637, 638, 639, 640, 641, 642, 643, 644, 645, 646, 647, 648, 649, 650, 651, 652, 653, 654, 655, 656, 657, 658, 659, 660, 661, 662, 663, 664, 665, 666, 667, 668, 669, 670, 671, 672, 673, 674, 675, 676, 677, 678, 679, 680, 681, 682, 683, 684, 685, 686, 687, 688, 689, 690, 691, 692, 693, 694, 695, 696, 697, 698, 699, 700, 701, 702, 703, 704, 705, 706, 707, 708, 709, 710, 711, 712, 713, 714, 715, 716, 717, 718, 719, 720, 721, 722, 723, 724, 725, 726, 727, 728, 729, 730, 731, 732, 733, 734, 735, 736, 737, 738, 739, 740, 741, 742, 743, 744, 745, 746, 747, 748, 749, 750, 751, 752, 753, 754, 755, 756, 757, 758, 759, 760, 761, 762, 763, 764, 765, 766, 767, 768, 769, 770, 771, 772, 773, 774, 775, 776, 777, 778, 779, 780, 781, 782, 783, 784, 785, 786, 787, 788, 789, 790, 791, 792, 793, 794, 795, 796, 797, 798, 799, 800, 801, 802, 803, 804, 805, 806, 807, 808, 809, 810, 811, 812, 813, 814, 815, 816, 817, 818, 819, 820, 821, 822, 823, 824, 825, 826, 827, 828, 829, 830, 831, 832, 833, 834, 835, 836, 837, 838, 839, 840, 841, 842, 843, 844, 845, 846, 847, 848, 849, 850, 851, 852, 853, 854, 855, 856, 857, 858, 859, 860, 861, 862, 863, 864, 865, 866, 867, 868, 869, 870, 871, 872, 873, 874, 875, 876, 877, 878, 879, 880, 881, 882, 883, 884, 885, 886, 887, 888, 889, 890, 891, 892, 893, 894, 895, 896, 897, 898, 899, 900, 901, 902, 903, 904, 905, 906, 907, 908, 909, 910, 911, 912, 913, 914, 915, 916, 917, 918, 919, 920, 921, 922, 923, 924, 925, 926, 927, 928, 929, 930, 931, 932, 933, 934, 935, 936, 937, 938, 939, 940, 941, 942, 943, 944, 945, 946, 947, 948, 949, 950, 951, 952, 953, 954, 955, 956, 957, 958, 959, 960, 961, 962, 963, 964, 965, 966, 967, 968, 969, 970, 971, 972, 973, 974, 975, 976, 977, 978, 979, 980, 981, 982, 983, 984, 985, 986, 987, 988, 989, 990, 991, 992, 993, 994, 995, 996, 997, 998, 999, 1000, 1001, 1002, 1003, 1004, 1005, 1006, 1007, 1008, 1009, 1010, 1011, 1012, 1013, 1014, 1015, 1016, 1017, 1018, 1019, 1020, 1021, 1022, 1023, 1024, 1025, 1026, 1027, 1028, 1029, 1030, 1031, 1032, 1033, 1034, 1035, 1036, 1037, 1038, 1039, 1040, 1041, 1042, 1043, 1044, 1045, 1046, 1047, 1048, 1049, 1050, 1051, 1052, 1053, 1054, 1055, 1056, 1057, 1058, 1059, 1060, 1061, 1062, 1063, 1064, 1065, 1066, 1067, 1068, 1069, 1070, 1071, 1072, 1073, 1074, 1075, 1076, 1077, 1078, 1079, 1080, 1081, 1082, 1083, 1084, 1085, 1086, 1087, 1088, 1089, 1090, 1091, 1092, 1093, 1094, 1095, 1096, 1097, 1098, 1099, 1100, 1101, 1102, 1103, 1104, 1105, 1106, 1107, 1108, 1109, 1110, 1111, 1112, 1113, 1114, 1115, 1116, 1117, 1118, 1119, 1120, 1121, 1122, 1123, 1124, 1125, 1126, 1127, 1128, 1129, 1130, 1131, 1132, 1133, 1134, 1135, 1136, 1137, 1138, 1139, 1140, 1141, 1142, 1143, 1144, 1145, 1146, 1147, 1148, 1149, 1150, 1151, 1152, 1153, 1154, 1155, 1156, 1157, 1158, 1159, 1160, 1161, 1162, 1163, 1164, 1165, 1166, 1167, 1168, 1169, 1170, 1171, 1172, 1173, 1174, 1175, 1176, 1177, 1178, 1179, 1180, 1181, 1182, 1183, 1184, 1185, 1186, 1187, 1188, 1189, 1190, 1191, 1192, 1193, 1194, 1195, 1196, 1197, 1198, 1199, 1200, 1201, 1202, 1203, 1204, 1205, 1206, 1207, 1208, 1209, 1210, 1211, 1212, 1213, 1214, 1215, 1216, 1217, 1218, 1219, 1220, 1221, 1222, 1223, 1224, 1225, 1226, 1227, 1228, 1229, 1230, 1231, 1232, 1233, 1234, 1235, 1236, 1237, 1238, 1239, 1240, 1241, 1242, 1243, 1244, 1245, 1246, 1247, 1248, 1249, 1250, 1251, 1252, 1253, 1254, 1255, 1256, 1257, 1258, 1259, 1260, 1261, 1262, 1263, 1264, 1265, 1266, 1267, 1268, 1269, 1270, 1271, 1272, 1273, 1274, 1275, 1276, 1277, 1278, 1279, 1280, 1281, 1282, 1283, 1284, 1285, 1286, 1287, 1288, 1289, 1290, 1291, 1292, 1293, 1294, 1295, 1296, 1297, 1298, 1299, 1300, 1301, 1302, 1303, 1304, 1305, 1306, 1307, 1308, 1309, 1310, 1311, 1312, 1313, 1314, 1315, 1316, 1317, 1318, 1319, 1320, 1321, 1322, 1323, 1324, 1325, 1326, 1327, 1328, 1329, 1330, 1331, 1332, 1333, 1334, 1335, 1336, 1337, 1338, 1339, 1340, 1341, 1342, 1343, 1344, 1345, 1346, 1347, 1348, 1349, 1350, 1351, 1352, 1353, 1354, 1355, 1356, 1357, 1358, 1359, 1360, 1361, 1362, 1363, 1364, 1365, 1366, 1367, 1368, 1369, 1370, 1371, 1372, 1373, 1374, 1375, 1376, 1377, 1378, 1379, 1380, 1381, 1382, 1383, 1384, 1385, 1386, 1387, 1388, 1389, 1390, 1391, 1392, 1393, 1394, 1395, 1396, 1397, 1398, 1399, 1400, 1401, 1402, 1403, 1404, 1405, 1406, 1407, 1408, 1409, 1410, 1411, 1412, 1413, 1414, 1415, 1416, 1417, 1418, 1419, 1420, 1421, 1422, 1423, 1424, 1425, 1426, 1427, 1428, 1429, 1430, 1431, 1432, 1433, 1434, 1435, 1436, 1437, 1438, 1439, 1440, 1441, 1442, 1443, 1444, 1445, 1446, 1447, 1448, 1449, 1450, 1451, 1452, 1453, 1454, 1455, 1456, 1457, 1458, 1459, 1460, 1461, 1462, 1463, 1464, 1465, 1466, 1467, 1468, 1469, 1470, 1471, 1472, 1473, 1474, 1475, 1476, 1477, 1478, 1479, 1480, 1481, 1482, 1483, 1484, 1485, 1486, 1487, 1488, 1489, 1490, 1491, 1492, 1493, 1494, 1495, 1496, 1497, 1498, 1499, 1500, 1501, 1502, 1503, 1504, 1505, 1506, 1507, 1508, 1509, 1510, 1511, 1512, 1513, 1514, 1515, 1516, 1517, 1518, 1519, 1520, 1521, 1522, 1523, 1524, 1525, 1526, 1527, 1528, 1529, 1530, 1531, 1532, 1533, 1534, 1535, 1536, 1537, 1538, 1539, 1540, 1541, 1542, 1543, 1544, 1545, 1546, 1547, 1548, 1549, 1550, 1551, 1552, 1553, 1554, 1555, 1556, 1557, 1558, 1559, 1560, 1561, 1562, 1563, 1564, 1565, 1566, 1567, 1568, 1569, 1570, 1571, 1572, 1573, 1574, 1575, 1576, 1577, 1578, 1579, 1580, 1581, 1582, 1583, 1584, 1585, 1586, 1587, 1588, 1589, 1590, 1591, 1592, 1593, 1594, 1595, 1596, 1597, 1598, 1599, 1600, 1601, 1602, 1603, 1604, 1605, 1606, 1607, 1608, 1609, 1610, 1611, 1612, 1613, 1614, 1615, 1616, 1617, 1618, 1619, 1620, 1621, 1622, 1623, 1624, 1625, 1626, 1627, 1628, 1629, 1630, 1631, 1632, 1633, 1634, 1635, 1636, 1637, 1638, 1639, 1640, 1641, 1642, 1643, 1644, 1645, 1646, 1647, 1648, 1649, 1650, 1651, 1652, 1653, 1654, 1655, 1656, 1657, 1658, 1659, 1660, 1661, 1662, 1663, 1664, 1665, 1666, 1667, 1668, 1669, 1670, 1671, 1672, 1673, 1674, 1675, 1676, 1677, 1678, 1679, 1680, 1681, 1682, 1683, 1684, 1685, 1686, 1687, 1688, 1689, 1690, 1691, 1692, 1693, 1694, 1695, 1696, 1697, 1698, 1699, 1700, 1701, 1702, 1703, 1704, 1705, 1706, 1707, 1708, 1709, 1710, 1711, 1712, 1713, 1714, 1715, 1716, 1717, 1718, 1719, 1720, 1721, 1722, 1723, 1724, 1725, 1726, 1727, 1728, 1729, 1730, 1731, 1732, 1733, 1734, 1735, 1736, 1737, 1738, 1739, 1740, 1741, 1742, 1743, 1744, 1745, 1746, 1747, 1748, 1749, 1750, 1751, 1752, 1753, 1754, 1755, 1756, 1757, 1758, 1759, 1760, 1761, 1762, 1763, 1764, 1765, 1766, 1767, 1768, 1769, 1770, 1771, 1772, 1773, 1774, 1775, 1776, 1777, 1778, 1779, 1780, 1781, 1782, 1783, 1784, 1785, 1786, 1787, 1788, 1789, 1790, 1791, 1792, 1793, 1794, 1795, 1796, 1797, 1798, 1799, 1800, 1801, 1802, 1803, 1804, 1805, 1806, 1807, 1808, 1809, 1810, 1811, 1812, 1813, 1814, 1815, 1816, 1817, 1818, 1819, 1820, 1821, 1822, 1823, 1824, 1825, 1826, 1827, 1828, 1829, 1830, 1831, 1832, 1833, 1834, 1835, 1836, 1837, 1838, 1839, 1840, 1841, 1842, 1843, 1844, 1845, 1846, 1847, 1848, 1849, 1850, 1851, 1852, 1853, 1854, 1855, 1856, 1857, 1858, 1859, 1860, 1861, 1862, 1863, 1864, 1865, 1866, 1867, 1868, 1869, 1870, 1871, 1872, 1873, 1874, 1875, 1876, 1877, 1878, 1879, 1880, 1881, 1882, 1883, 1884, 1885, 1886, 1887, 1888, 1889, 1890, 1891, 1892, 1893, 1894, 1895, 1896, 1897, 1898, 1899, 1900, 1901, 1902, 1903, 1904, 1905, 1906, 1907, 1908, 1909, 1910, 1911, 1912, 1913, 1914, 1915, 1916, 1917, 1918, 1919, 1920, 1921, 1922, 1923, 1924, 1925, 1926, 1927, 1928, 1929, 1930, 1931, 1932, 1933, 1934, 1935, 1936, 1937, 1938, 1939, 1940, 1941, 1942, 1943, 1944, 1945, 1946, 1947, 1948, 1949, 1950, 1951, 1952, 1953, 1954, 1955, 1956, 1957, 1958, 1959, 1960, 1961, 1962, 1963, 1964, 1965, 1966, 1967, 1968, 1969, 1970, 1971, 1972, 1973, 1974, 1975, 1976, 1977, 1978, 1979, 1980, 1981, 1982, 1983, 1984, 1985, 1986, 1987, 1988, 1989, 1990, 1991, 1992, 1993, 1994, 1995, 1996, 1997, 1998, 1999, 2000, 2001, 2002, 2003, 2004, 2005, 2006, 2007, 2008, 2009, 2010, 2011, 2012, 2013, 2014, 2015, 2016, 2017, 2018, 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025, 2026, 2027, 2028, 2029, 2030, 2031, 2032, 2033, 2034, 2035, 2036, 2037, 2038, 2039, 2040, 2041, 2042, 2043, 2044, 2045, 2046, 2047, 2048, 2049, 2050, 2051, 2052, 2053, 2054, 2055, 2056, 2057, 2058, 2059, 2060, 2061, 2062, 2063, 2064, 2065, 2066, 2067, 2068, 2069, 2070, 2071, 2072, 2073, 2074, 2075, 2076, 2077, 2078, 2079, 2080, 2081, 2082, 2083, 2084, 2085, 2086, 2087, 2088, 2089, 2090, 2091, 2092, 2093, 2094, 2095, 2096, 2097, 2098, 2099, 2100, 2101, 2102, 2103, 2104, 2105, 2106, 2107, 2108, 2109, 2110, 2111, 2112, 2113, 2114, 2115, 2116, 2117, 2118, 2119, 2120, 2121, 2122, 2123, 2124, 2125, 2126, 2127, 2128, 2129, 2130, 2131, 2132, 2133, 2134, 2135, 2136, 2137, 2138, 2139, 2140, 2141, 2142, 2143, 2144, 2145, 2146, 21

பற்கையின் தூய்மையைப்
பகிர்ந்து கொள்வீர்

சீதகரா

பொறிக

ஆன்மலிசுபாகை

காரம்

சீதகரா



வேலைக்கு பெண்கள் தேவை

பட்டதாரி பெண்களிலிருந்து படிப்பறிவே இல்லாத பெண்கள் வரை 18 வயது முதல் 45 வயது வரை உள்ள பெண்களுக்கு வேலை வாய்ப்பு அளிக்கப்படும். கைம்பெண்கள், கனவுனால் கைவிடப்பட்டவர்கள், அனாதைகள் இவர்களுக்கு முன்னுரிமை கொடுக்கப்படும். உங்கள் படிப்பு அனுபவம் குடும்ப துழ்நிலை முதலிய முழு விபரம் களையும் சரியான முகவரியுடன் எழுதி விண்ணப்பிக்கவும். தங்கும் இடம் மற்றும் சாப்பாடு இலவசம். அவர் அவர் தகுதிக்கு ஏற்ப சம்பளம் நிர்ணயிக்கப்படும். கீழ்க்கண்ட முகவரிக்கு விண்ணப்பிக்கவும்.

தானாளர்

ஷ்ரைன் வேனாங்கண்ணி பள்ளி,

5, தண்டபாளி தெரு.

தி. தகர், சென்னை - 600 017.

மலரைப் போன்ற மென்மை.....



Trendmarks

மென்மையான -
கவர்ந்திழுக்கும் தரம்



தெரிந்தெடுக்கப்பட்ட பதத்தி னுகிலுந்து
கவனம் ஈடுபாட்டிற்கு உடனடியாக,
1 ஈட்டும் மற்றும் ஈட்டும்



© 2010-11

Trendmarks

No. 47, BHARATHI PARK ROAD - II CROSS,
SAIBABA COLONY COIMBATORE - 641 011
PHONE - 40758

PARTNER FOR LIFE A COMPUTER CHOICE

★ We have on our computer comprehensive data of large number of Tamil Brahmin Boys/Girls with Horoscopes / without Horoscopes eligible for marriage.

★ We also have the facility to match Horoscopes when asked for.

★ We are also registering horoscopes of boys/girls FREE OF CHARGE to increase our Master.

For further details please contact :

Mascon Computers Matrimonial Bureau

250/11, Shaniwar Peth, Pune - 411 030 Tel : 434148.

OR Sri R. Vaidyanathan, Jr. Director of Agriculture (Retd)
33-A/2 First Main Road, Gandhi Nagar, Madras - 600 020 Tel : 418397

OR Sri K.S. Srinivasan, Palmist & Numerologist, Smt Apartments,
1-1-780-A/12 Gandhi Nagar, Hyderabad - 500 380

OR Smt V. Lalitha, 2/230 Above Town Stores Opp Koliwada Rly.,
Station, Slon East, Bombay - 400 022

OR Sri S. Pattabhiraman, Flat No: 7, Srinivas Building,
Gauthan Road, No: 1, Chembur, Bombay - 400 071

OR Sri V. Vaidyanathan, No: 6, Navnilan Society, Pender Nagar Near Andhra Bank,
Dombivli, East, Thane District Pin: 421 201

OR Sri K. Jayaraman, 6 Varadan Apartments, Opp. Polychem Factory,
S.V. Road, Goregaon West, Bombay - 400 062

பேன் தொல்வையா?

உடனடி விவரணம்

மஸ்காரா பேன் மருந்து

மயிர் கால்களில் பரவி
பேன் மற்றும் ஈறு
பொடுகு ஆகியவற்றை
ஒழிக்கும் சிறந்த மருந்து

மஸ்காரா

இன்றே வாங்கிடுவீர்
எல்லா கடைகளிலும் கிடைக்கும்.

CLEVER ALICE

78 BOG STREET, MADRAS-600 005. PH: 843428

விவர விவரணைகள் வாங்கப்படுகின்றன



பயிப்பிசும் வரலும், சொந்தத் தொழில், விவசாயம், விவாபரம், செயலும் வரலும் சம்பந்தம். குதளி வர் எந்த உட்பிரிவும் விவசாய வில்வர இரண்டாம் தரவாக சம்பந்தம், பெட்டி எண்: 3748.

* 26 வயதான, தமிழ் ஐயர், பிரதமசாலை, புலாப்பூசம், சங்க குதி சொந்திரத்தைச் சொந்த வயசுமகன். பிராணசகலிவ் எந்த உட்பிரிவும் சம்பந்தம். குதளிவர உதவியாகவும் விவசாயப்பிக்கவும். உடல் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 3761.

* Wanted decently employed non Shudra-waja groom for a girl fair complexion, good looks, unemployed Vadimal Puzhath 28/5/47, Contact Box No. 2762

* குதம்பப்பாக்கும் திவசாகப் பொதுப்புகு, எழுத்துத் துறையில் வரலும் கொண்டு, சொந்தத் குதளிவரப் பிரிவைச் சொந்த 38 வயது பெண்ணுக்கு சொந்தத் தொழிலை, உத்தியோகவிரை பார்த்தும் படித்த மனமகன் தேவை. பெட்டி எண்: 3863.

* செம்மை, பேரகந்தாடு பெட்டி, பி. ஏ. டி. 5'3" வயது 33, அழகான குதம்பப் பெண்ணுக்கு, செம்மை உதற்ப்பு, தமிழ்நாடு பகுதியில் வசிக்கும், மத்திய, மாநில, அரசு பணி, தமிழ் திவசாத்தில் பணிபுரியும், சொந்தத் தொழில் புரியும், பட்ட தாசி, ஆய்விரை, வரலிவாசவாக், அபிவிருத்தியிடுவதற்கு வரலிவாச இரத்த திவ உட்பிரிவு சம்பந்தம்) தக்கவரன் தேவை. பெட்டி எண்: 3864.

* உட்காண் பார்த்தவாறு சொந்த திவ, குதம்ப திவத்திரம், பிரை, படித்துள்ள இத்தி ஆபிரிவாகவ இருக்கும் வாதம் ரு. 1500/- சம்பந்தம் பெறும் 31 வயது பெண் மத்தித் திவ உத்தியோகத்தில் இருக்கும் வாதம் ரு. 1500/- மத்தித் 2000/- சம்பந்தம் பெறும் 32 - 43 வயதிற்குள் மனமகன் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்பந்தம். பெட்டி எண்: 3763.

* தெய்விய வதம், வயது 33, வரம் 5'9" வரலிவாச தொதம், குதம்ப திவத்தி, திவ குதம்ப பத்தி, வாதம் வரல் ரு. 1200/- வகுமாவரலும், விவாசாத்து சொந்த பெண்மத்தித், படித்து, திவத் தொகை சொல்லும் 40 வயதுக்குப் பட்ட பண்புள்ள குதம்ப பத்தித் சம்பந்த மனமகன் தேவை. தெய்விய வத்திவ் மத்தி பிரிவும் சம்பந்தம். பெட்டி எண்: 3764.

மண மகன் - மண மகன் தேவை

* Own brother and sister Karuntho Selva Vallab Pillai for boy non smoking good habits Western, Electronics Engineer 27/175/3500. His sister N M 34, 22/165 Tiruvannam Doctor/Engineer/CA's preferred. Advancement for best selection. To Box No. 3072

* குதளிவர 37, தமிழர் தொழித் துறையில் வாதம் ரு. 1000/- குதளிவர (MA DIP) பட்டப் படிப்பு வலிவத் வரலுக்கு மனமகன் தேவை. இவரது திவ வயது 30, +2 வதும் பட்டப் படிப்பு வலிவத், தேவை

விக் இவ்வாத அழகிய பெண்ணுக்கு வரல் தேவை. மேலும், பெண் எடுத்து பெண் கொடுக்க விரும்புவோர் விவசாயப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 3873.

* இத்தி வரலும் வேளாண் இரத்திவத் சொந்த பி. ஏ. டி. வத்தி பெண் வாதிரம், வயது 18, வதும் ரு. 400 சம்பந்திக்கும் வரலும் வயது 25, வத்தித் வரல் தேவை. உட்பிரிவுகளும் சம்பந்தம். உத்தியோகம் பார்த்தும் அவ்வாறு வர தொழில் செய்வாராக இருத்தித் தேவையிலும். பெட்டி எண்: 3874.

* மகன் வேளாண் சிட்டுமர்து வலிவிய அபிவிருத்தி 27/17. (மெகாலியில் தமிழர் துறையில் பணிபுரியும் மனமகன் வலி அலவது அரசுத் துறையில் பணி புரியும் மனமகன் தேவை. 31/ வுப்மகன் எமெக்டிவாசிகல் மனமகனும் திவ வேளாணிக்லவ் விலிடுவாசாத்தித் தொழில் புரியும் மனமகன் தேவை. பெண் கொடுத்து பெண் எடுக்கவும் சம்பந்தம். முழு விவசாயத்துடன் விவசாயப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 3875.

* Alliance (separate/mutual) any subcaste Brahmins for Iyer Tamil Vaidhyanna subcaste, girl 23, Meignichizho, very good looking fair, 155 cms, employed in Madras Rs. 1000/-. Also for brother, Puzhath, 26, Selva Representative, 160 cms. Simple marriage, To Box No. 3076

* உட்காண் பார்த்தவாறு பூசு உதற்காண், 40 வயது, ரு. 1500 உதல் வயவரலுக்கு வத்தித், குதம்ப பப்பாசகரன் பெண்ணுதும், திவ வதம் பிரைவம், பணிவிக் உதல் 30 வயது குதம்பப்பாசு வர பெண்ணுக்கும் திவத் தொகையிலுள்ள பட்ட தாசி மனமகன் தேவை. ஐரத்தத்துடன் விவசாயப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 3877.

* Wanted broadminded any Brahmin grooms for Shudra-waja Niyogi - Telugu girl 24 fair homely, plus M.Sc., M.Ed. Invariant divorce and bride for her brother 27 B.Sc., GSFC Bombay 3000. Mutual/separate. Subject no bar. To Box No. 3078



பரதம் பப்பிசெயுள்ள பிரைமெட் விவிடுட் சாசுபாசப் பரதம் அச்சத்தித் ஆபிரிவ் பொதுப்பெற்று அபிவிடு வேலிவிடுமகன்: வி. குதளி, திவ ஆபிரிவ்: வகுமாவர தொகை. திவ வரலிவாச, வேலிவாசம் சாலை, மெக-100 023. பெண்: 421643, 436187, 434149. ஆகும் சத்தா - உதற்கா: ரு. 60/-; வேலிவா: வலிவ் தாசு ரு. 140/-; விவசாத தாசு ரு. 180/-; ஆத வாத சத்தா - உதற்கா: ரு. 30/-; வேலிவா: வலிவ் தாசு ரு. 70/-; விவசாத தாசு ரு. 150/-.

பிரைமாவை முதல் முறையாக

எப்போதும் உலர்ந்த உணர்வு+
மும்மடங்கு ஈர்ப்பு

பிரிமாதான் எனக்கு அளிக்கிறது
ந்த உண்மையான தூய உணர்வையும்,
உலர்ந்த தன்மையையும்



1. அதிகமான நீரால் நிற நிரலா
2. இரண்டு தனித்திரப்புகள் அல்ல
3. கொண்டு - இத்தொடரின்
4. எவ்விதிர தூய்மை



எனக்கு பிரைமாவை
மென்மையான
பேரதும்
ந்த மெதுவான
கூடு உதிருகிற
வயதோடு -
எனக்கு தூய
நிலைமையும் உலர்ந்த
தன்மையையும்
கொடுக்கிறது.

பிரைமாவின் மூன்று
உண்மையான
யிக் அறிமுகமான
உதிருகும் தன்மையை
அளிக்கிறது.



துடன் -
2. இரண்டு தரும் உணர்ந்த மூலக்கள்
தூய பாதாளப்படி அளித்திருக்கும்
வ திற நிலைமையுடன் உணர்வு.

தெய்வம் & தெய்வம் & தெய்வம் & தெய்வம் & தெய்வம் & தெய்வம்
10 தூய்மையான கொண்டு, பாதாளப்படி, அனல், 2 தூய்மையான கொண்டு,
அனல், அனல், அனல், அனல், அனல், அனல்

பிரைமாவின்
அளத்திரும்
1 தூய்மை

வார்த்தை பிரிமாவை,
அந்த உண்மையான - தூய மற்றும் உலர்ந்த தன்மையை, உலர்ந்த

PRIMA & PRIMA 02-24-18 TML



LINTAS WIRMA SA 53 2416 TKN

நவீன யுகாவை
அணித்திருக்கிறார்

லிந்தா பிரமிஸ்

நாகர்க்கோட்டிலுள்ள சென்னை